

**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KETERAMPILAN *JUGGLING*  
DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA SISWA  
PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA  
SMA ISLAM I GAMPING SLEMAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Prasyarat  
Guna Pengajuan Skripsi



Oleh:

Nurriva Ardian Tanjung

08601241102

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN  
REKREASI**

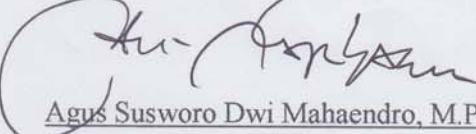
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
NOVEMBER 2012**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul " Hubungan Kelincahan dan Ketrampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman" yang disusun oleh Nurriya Ardian Tanjung, NIM 08601241102 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 2 Oktober 2012

Dosen Pembimbing,

  
Agus Susworo Dwi Mahaendro, M.Pd.  
NIP. 19710808 200112 1 001

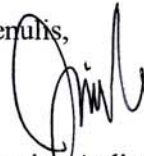
## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini benar-benar hasil karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 2 Oktober 2012

Penulis,



Nurriya Ardian Tanjung  
NIM 08601241102

## PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Hubungan Kelincahan dan Keterampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman" yang disusun oleh Nurriwa Ardian Tanjung, NIM 08601241102 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 30 Oktober 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda tangan	Tanggal
Agus Susworo DM, M.Pd	Ketua Penguji		29/11/2012
Ermawan Susanto, M.Pd	Sekretaris Penguji		29/11/2012
Jaka Sunardi, M.Kes	Penguji I		21/11/2012
Komarudin, M.A	Penguji II		5/12/2012

Yogyakarta, 6 Desember 2012

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan



Rumpis, Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 1 98601 1 001

## ***MOTTO***

- *My Game is Fair Play*
- *Orandum Est Ut Sit: Mens Sana in Corpore Sano*
- “Barang siapa mengharapkan dunia maka carilah ilmu. Barang siapa mengharapkan akherat maka carilah ilmu. Barang siapa mengharapkan keduanya maka carilah ilmu.” **(H.R. Buchori)**
- “Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), ” **(Q.S. Asy-syarh : 6 – 7).**

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

- Kedua orang tuaku yang selalu memberikan cinta, kasih sayang, doa serta dukungannya
- Adik-adikku yang selalu memberikan doa dan dukungan untuk meraih cita-cita

**HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KETERAMPILAN *JUGGLING*  
DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA SISWA  
PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA  
SMA ISLAM I GAMPING SLEMAN**

**Oleh:  
Nurriya Ardian Tanjung  
08601241102**

**ABSTRAK**

Menggiring bola merupakan salah satu unsur penting dalam permainan sepak bola. Untuk mendukung kemampuan menggiring bola, latihan kelincahan dan keterampilan *juggling* sangat berperan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola. Maka Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional, dengan dua variabel bebas yang terdiri dari kelincahan ( $X_1$ ) dan keterampilan *juggling* ( $X_2$ ), dan satu variabel terikat, yaitu kemampuan menggiring bola ( $Y$ ). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman yang berjumlah 20 siswa. Dalam penelitian ini data diperoleh melalui *Dogging Run Test* untuk mengukur kelincahan, *juggling test* untuk mengukur keterampilan *juggling* dan *soccer dribble test* untuk mengukur kemampuan menggiring bola.

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa: (1) ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, yaitu berdasarkan hasil koefisien korelasi *product moment* sebesar 0,845 dan korelasi parsial sebesar +0,736, (2) ada hubungan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola, yaitu berdasarkan hasil koefisien korelasi *product moment* sebesar 0,645 dan korelasi parsial sebesar +0,257, (3) ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola, yaitu berdasarkan nilai signifikansi hitung regresi berganda sebesar 0,000 dengan taraf signifikansi 0,05. Diketahui pula bahwa sumbangan efektif dari variabel kelincahan, dan keterampilan *juggling* terhadap kemampuan menggiring bola adalah 73,2% dan sisanya 26,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Kelincahan, Keterampilan *Juggling*, Menggiring Bola, Ekstrakurikuler

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum. Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala limpahan hidayah dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ” Hubungan Kelincahan dan Keterampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman”.

Skripsi ini dapat selesai dengan baik tentu tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, pengarahan, dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, M.S., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) yang telah memberikan izin dan fasilitas bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian ini
3. Bapak Amat Komari, M.Si., selaku Ketua Program Studi PJKR yang telah memberikan izin pada penelitian ini
4. Ibu Tri Ani Hastuti, M.Pd., selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan pengarahan dalam perkuliahan selama menjadi mahasiswa FIK



5. Bapak Agus Susworo Dwi Mahaendro, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dengan sabar selama penulisan skripsi ini
6. Bapak/ Ibu Dosen dan Karyawan FIK UNY yang telah memberikan pengajaran sehingga penulis dapat menyelesaikan kuliah
7. Kepala Sekolah SMA Islam 1 Gamping Sleman Ekstrakurikuler Sepakbola yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMA Islam 1 Gamping Sleman
8. Siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping Sleman yang telah ikut ambil bagian dalam pelaksanaan tes.
9. Keluarga PJKR B angkatan 2008 Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah banyak memberikan pengalaman yang sangat berharga dan membantu penulis dalam menyelesaikan kuliah
10. Keluarga penulis yang telah memberikan semangat dan do'a
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunia-Nya atas segala kebaikan yang telah diberikan. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya. Penulis juga menyadari bahwa penulisan laporan ini masih banyak terdapat kekurangan.

Wassalamualaikum. Wr. Wb

Penulis,

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
 BAB I. PENDAHULUAN .....	 1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Batasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	8
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	 9
A. Deskripsi Teori.....	9
1. Hakikat Permainan Sepakbola.....	9
a. Sejarah Permainan Sepakbola.....	9
b. Hakikat Permainan Sepakbola.....	11
c. Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola.....	12
2. Hakikat Menggiring Bola.....	23
3. Unsur-unsur Kondisi Fisik Secara Umum.....	25
4. Unsur-unsur Kondisi Fisik Khusus Dalam Permainan Sepakbola.....	27
5. Hakikat Kelincahan.....	29
6. Hakikat Menimang Bola.....	30
7. Hubungan.Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola.....	31
8. Hubungan Keterampilan <i>Juggling</i> dengan Kemampuan Menggiring Bola	32
9. Hakikat Ekstrakulikuler.....	33
a. Hakikat Kegiatan Ekstrakulikuler.....	33
b. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakulikuler.....	34
c. Tujuan Kegiatan Ekstrakulikuler .....	35
d. Prinsip Pengembangan Ekstrakulikuler.....	36
e. Ekstrakulikuler di SMA Islam 1 Gamping.....	38

B. Kerangka Berfikir.....	39
C. Hipotesis Penelitian.....	41
<b>BAB III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>42</b>
A. Desain Penelitian.....	42
B. Definisi Operasional Variabel .....	43
C. Deskripsi Lokasi, Subyek dan Waktu Penelitian .....	44
1. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	44
2. Deskripsi Subyek Penelitian.....	44
3. Deskripsi Waktu Penelitian.....	44
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	45
1. Instrumen Penelitian.....	45
2. Teknik Pengumpulan Data.....	48
E. Teknik Analisis Data.....	49
1. T-skor.....	49
2. Pemaparan Data Hasil Tes.....	50
3. Uji Prasyarat Analisis Data.....	51
4. Uji Hipotesis.....	52
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>56</b>
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	56
1. Kelincahan.....	57
2. Keterampilan <i>Juggling</i> .....	59
3. Kemampuan Menggiring Bola.....	61
B. Hasil Uji Prasarat.....	63
1. Uji Normalitas.....	64
2. Uji Linieritas.....	65
C. Analisis Data dan Uji Hipotesis.....	66
1. Pengujian Hipotesis 1.....	66
2. Pengujian Hipotesis 2.....	68
3. Pengujian Hipotesis 3.....	69
D. Pembahasan.....	72
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>77</b>
A. Kesimpulan.....	77
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	78
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	79
D. Saran-Saran .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>83</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Lima Kelas Interval Data Hasil Tes Kelincahan.....	58
Tabel 2. Kategori Lima Kelas Interval Data Hasil Tes Keterampilan <i>Juggling</i> .....	60
Tabel 3. Kategori Lima Kelas Interval Data Hasil Tes Kemampuan Menggiring Bola.....	62
Tabel 4. Hasil Uji Normalitas.....	64
Tabel 5. Hasil Uji Linieritas.....	65
Tabel 6. Tabel Hasil Uji Korelasi <i>Product moment</i> (a) Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola.....	66
Tabel 7. Tabel Hasil Uji Korelasi Parsial (a) Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola.....	67
Tabel 8. Tabel Hasil Uji Korelasi <i>Product moment</i> (b) Keterampilan <i>Juggling</i> dengan Kemampuan Menggiring Bola.....	68
Tabel 9. Tabel Hasil Uji Korelasi Parsial (b) Keterampilan <i>Juggling</i> dengan Kemampuan Menggiring Bola.....	69
Tabel 10. Hasil Uji Regresi Berganda Tabel ANOVA Kelincahan dan Keterampilan <i>Juggling</i> dengan Kemampuan Menggiring Bola.....	70
Tabel 11. Hasil Uji Regresi Berganda Tabel Coefficientsa Kelincahan dan Keterampilan <i>Juggling</i> dengan Kemampuan Menggiring Bola.....	71
Tabel 12. Sumbangan Kelincahan dan Keterampilan <i>Juggling</i> Terhadap Kemampuan Menggiring Bola.....	72

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lintasan <i>Dogging Run Test</i> .....	46
Gambar 2. Lintasan <i>Soccer Dribble Test</i> .....	48
Gambar 3. Diagram Batang Data Hasil Tes Kelincahan .....	59
Gambar 4. Diagram Batang Data Hasil Tes Keterampilan <i>Juggling</i> .....	61
Gambar 3. Diagram Batang Data Hasil Tes Kemampuan Menggiring Bola .....	63

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	83
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian 1.....	84
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian 2.....	85
Lampiran 4. Surat Keterangan Sekolah.....	86
Lampiran 5. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi.....	87
Lampiran 6. Petunjuk Pelaksanaan Tes.....	88
Lampiran 7. Presensi Siswa Tes Kelincahan.....	91
Lampiran 8. Presensi Siswa Tes <i>Juggling</i> .....	92
Lampiran 9. Presensi Siswa Tes Menggiring Bola.....	93
Lampiran 10. Data Hasil Tes Kelincahan.....	94
Lampiran 11. Data Hasil Tes <i>Juggling</i> .....	95
Lampiran 12. Data Hasil Tes Menggiring Bola.....	96
Lampiran 13. Data Hasil Tes Terbaik.....	97
Lampiran 14. Tabel T-Skor.....	98
Lampiran 15. Sertifikat Kalibrasi <i>stopwatch</i> .....	100
Lampiran 16. Analisis Data.....	101
Lampiran 17. Sertifikat Kalibrasi Ukuran Panjang.....	112
Lampiran 18. Dokumentasi Penelitian.....	113

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer diseluruh dunia. Hakekat permainan sepakbola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya agar lawan tidak mampu mencetak gol (Sucipto, dkk 2000: 7). Seiring berjalannya waktu, permainan sepakbola mengalami kemajuan yang sangat pesat, mulai dari teknik dan strategi yang digunakan dalam bermain sepakbola. Di Indonesia sendiri permainan sepakbola berkembang dari tahun 1920 yang dibawa oleh bangsa Belanda (Sucipto, dkk 2000: 3). Perkembangan sepakbola di Indonesia ditandai dengan berdirinya Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) di Yogyakarta pada 19 April 1930 .

Sepakbola adalah cabang olahraga beregu, yang masing-masing tim terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya adalah seorang penjaga gawang. Permainan sepakbola hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki, kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangan di dalam daerah penalti (Soekatamsi, 1994: 3). Cara bermain dari olahraga ini adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah lawan memasukkan bola ke gawang sendiri. Dalam permainan ini terdapat beberapa macam keterampilan dasar, keterampilan dasar tersebut merupakan aspek yang harus di kuasai oleh setiap

pemain agar terampil bermain sepakbola. Permainan sepakbola membutuhkan kondisi fisik yang baik untuk menunjang keterampilan bermain sepakbola seperti kecepatan, kelincahan, daya tahan dan sebagainya (M. Sajoto, 1998: 10).

Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola ada beberapa macam, seperti: *passing* (mengumpan), *shooting* (menendang bola ke gawang), dan *dribbling* (menggiring bola). Khusus dalam teknik *dribbling* (menggiring bola) pemain harus menguasai teknik tersebut dengan baik, karena teknik *dribbling* sangat berpengaruh terhadap permainan para pemain sepakbola (Sudjarwo dkk. 2005: 25). Agar dalam menggiring bola berhasil dengan baik, pemain harus mempunyai kemampuan mengontrol bola, kemampuan melakukan gerak tipu, dan kemampuan mengubah arah. Di samping itu, dalam menggiring bola pemain harus selalu memperhatikan situasi atau posisi lawan maupun teman.

Dalam permainan sepakbola yang melibatkan kerjasama tim, setiap pemain harus mempunyai keterampilan dasar mengontrol bola. Menimang bola (*juggling*) adalah cara yang sangat bagus untuk mengembangkan reaksi yang cepat, kontrol bola dan meningkatkan konsentrasi yang diperlukan agar bisa berperan dengan baik dalam permainan (Danny Mielke, 2007: 9).

*Juggling* adalah suatu cara yang cocok untuk meningkatkan kemampuan mengontrol bola. Hal ini akan membuat pemain merasakan bagaimana perkenaan dengan bola yang tepat, seberapa kekuatan yang diperlukan untuk meredam datangnya bola menuju pemain tersebut sehingga



bola tetap dalam penguasaannya. Saat melakukan *juggling* maka seorang pemain sepakbola melatih dirinya untuk nyaman memainkan bola sehingga dapat segera mengolah bola tersebut untuk dioperkan pada rekannya.

Selain itu setiap pemain sepakbola juga harus memiliki kemampuan fisik yang baik untuk menunjang keterampilan bermain sepakbola. Menurut Suharno Hp (1981: 13-14) kemampuan fisik dibedakan menjadi dua yaitu kemampuan fisik umum dan kemampuan fisik khusus, kemampuan fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, dan kelentukan, sedangkan kemampuan fisik khusus meliputi stamina, power, reaksi, koordinasi, ketepatan, dan keseimbangan.

Tingkatan keterampilan pada cabang olahraga merupakan hal yang membedakan seorang dengan lainnya. Seperti pada cabang olahraga sepakbola semakin baik seseorang dapat menggiring, menembak, dan mengoper maka semakin besar kemungkinannya untuk menjadi seorang pemain yang handal. Kondisi fisik dibagi menjadi 10 komponen yaitu kekuatan, daya tahan, power, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi. (M. Sajoto, 1998: 10). Semua komponen kondisi fisik di atas harus dipadukan sedemikian rupa agar dapat menjadi pemain sepakbola yang tidak hanya baik secara fisik namun juga teknik, taktik, dan mental, sehingga dapat menjadi pemain yang berkualitas dan berprestasi.

Berdasarkan pada pendapat-pendapat di atas maka komponen kondisi fisik dalam permainan sepakbola meliputi kekuatan, kecepatan, kelincahan,

ketahanan serta kelentukan. sehingga kelincahan merupakan sebagian faktor yang penting dalam mempengaruhi kemampuan menggiring bola yang merupakan salah satu teknik dalam permainan olahraga sepakbola.

Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping sebenarnya berjalan dengan baik, namun karena dalam satu minggu hanya ada satu kali pertemuan sehingga hasil latihannya kurang maksimal. Tim ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping ini juga belum memiliki prestasi di berbagai kejuaraan. Program latihan yang diberikan dalam 1 semester untuk dribble, passing, controlling, heading, dan shooting, hasilnya kurang memuaskan karena materi tidak diberikan secara rutin dan bertahap.

Kondisi fisik siswa SMA Islam 1 Gamping pada umumnya masih kurang baik, dengan sedikitnya latihan fisik mengakibatkan siswa tidak memiliki kemampuan fisik yang baik. Banyak siswa yang sering kelelahan saat melakukan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. Kondisi siswa yang kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan latihan terutama saat berlatih kelincahan juga mempengaruhi kondisi fisiknya sehingga siswa peserta ekstrakurikuler di SMA Islam 1 Gamping belum memiliki kelincahan yang baik. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan, siswa terlihat kurang lincah pada saat berlari atau pada saat menggiring bola.

Keterampilan *juggling* yang sering diberikan pada saat latihan ternyata tidak dilakukan dengan sungguh-sungguh oleh siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping, bahkan cenderung asal-asalan.

Sehingga para siswa tidak dapat merasakan sentuhan antara kaki dengan bola secara baik.

Latihan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping dilakukan hampir disetiap pertemuan. Tetapi pada kenyataannya saat bermain sepakbola, masih banyak siswa yang kehilangan bola saat menggiring bola. Hal ini terjadi karena siswa tidak dapat melepaskan diri dari kawalan lawan atau karena tidak dapat melewati hadangan lawan yang ada di depannya atau bahkan karena kesalahan siswa sendiri dalam melakukan sentuhan dengan bola sehingga bola terlepas dari penguasaannya. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti, minat siswa untuk memilih kegiatan ekstrakurikuler sepakbola juga cukup rendah, Hal ini terbukti dari keikutsertaan siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping yang hanya berjumlah 20 orang dan dalam pelaksanaannya hanya dilakukan satu kali dalam satu minggu pada hari sabtu pukul tiga hingga pukul lima sore.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengetahui kemampuan yang dimiliki para siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola pada SMA Islam I Gamping Sleman, Maka diadakanlah penelitian terhadap siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping ini. Sebagai upaya untuk mengetahui hal tersebut tes kelincahan, *juggling* dan menggiring bola perlu dilakukan pada peserta ekstrakurikuler SMA Islam 1 Gamping Sleman.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kondisi fisik merupakan salah satu faktor yang menentukan tingkat keterampilan seorang pemain sepakbola, namun demikian banyak siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman.yang tidak memiliki kondisi fisik yang baik.
2. Belum diketahuinya kelincahan siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman.
3. Belum diketahuinya kemampuan *juggling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman.
4. Belum diketahuinya besarnya kontribusi kelincahan, dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman.

## **C. Batasan Masalah**

Agar masalah tidak meluas maka permasalahan perlu dibatasi. Penelitian hanya membahas masalah tentang hubungan kelincahan, dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan permasalahannya, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman?
2. Apakah ada hubungan yang signifikan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman?
3. Apakah ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian tentang hubungan kelincahan, dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman.

2. Untuk mengetahui hubungan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman
3. Untuk mengetahui hubungan antara kelincahan, dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping dalam meningkatkan latihan kemampuan menggiring bola.

2. Bagi guru

Memberi masukan kepada guru di SMA Islam 1 Gamping agar dapat meningkatkan kembali kemampuan anak dalam menggiring bola.



## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakekat Sepakbola**

###### **a. Sejarah Permainan Sepakbola**

Permainan sepakbola telah diperkenalkan ribuan tahun yang lalu. Permainan yang berawal untuk merayakan kemenangan, meningkatkan kemampuan fisik prajurit perang, serta mengisi waktu senggang. Perubahan bentuk permainan kelompok dengan cara melakukan tendangan terhadap tengkorak kepala manusia, hingga benda dalam bentuk yang relatif bulat dari lambung binatang, yang akhirnya benda bulat yang terbuat dari usus atau kulit binatang bahan sintetis yang lebih ringan.

Penjelasan lebih lanjut merupakan gambaran peralihan perkembangan sejarah permainan sepakbola, yakni :

###### **1) Sejarah Sepakbola Kuno**

Permainan sepakbola sejak 3000 tahun SM, menurut penyelidikan dan bukti-bukti dokumenter militer, telah ada dan di kenal di Tiongkok dengan nama *Tsu Chu*, yang dimainkan oleh 2 regu dengan bergantian menyepak benda bulat ke jaring. Permainan yang sama di Yunani kuno, dilakukan oleh pemain usia muda yang terdidik dan dikelompokkan di bawah pemain berbakat, yang dikenal dengan *episkyros*. Pertandingan dilaksanakan dengan menonjolkan kekuatan tenaga, kemahiran, serta semangat juang yang tinggi.



Pada masa Romawi dikenal dengan nama *Harpostum*, dengan tujuan yang hampir sama dengan *Episkyros*.

Pada abad ke-11 di Inggris, bola dibuat bulat dengan menggunakan usus lembu. Di London dimainkan pada abad ke-12 dengan masing-masing regu berjumlah 500 orang dengan letak gawang berjarak 3 hingga 4 kilometer. Permainan dilakukan di jalan-jalan sehingga banyak mengakibatkan kerusakan, kecelakaan, dan kematian. Pada tahun 1389 permainan ini dilarang oleh Raja Richard II, selanjutnya dilarang oleh Raja Henry IV.

## 2) Sejarah Sepakbola Modern

Pada tahun 1846, perkumpulan di sekolah-sekolah dan universitas membuat peraturan sepakbola untuk pertama kali di Universitas Cambridge, Inggris yang terdiri dari 11 pasal peraturan, yang kemudian dikenal dengan nama *Cambridge Rules of Football*. Selanjutnya pada 22 Mei 1904, *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) didirikan atas inisiatif dari Robert Guirin asal Perancis, dengan anggota 7 negara, yaitu Belgia, Denmark, Perancis, Belanda, Spanyol, Swedia dan Swiss. Permainan sepakbola mengalami peralihan dan perubahan yang signifikan setelah beberapa abad di temukannya permainan ini. Negara asal permainan sepakbola, seperti Inggris menunjukkan perkembangan yang cukup ketat bersaing dengan Negara Eropa lainnya dan Negara Benua Amerika Latin. Termasuk didalamnya pembinaan sepakbola di Asia, seperti Jepang, Korea, China, serta Timur Tengah, Arab Saudi, Iran. Asia Tenggara yakni

Indonesia, dan Vietnam terus mengikuti perkembangan pembinaan sepakbola modern.

### 3) Sejarah Sepakbola Indonesia

Perkembangan sejarah sepakbola di Indonesia diawali oleh penjajahan Belanda dan pada tanggal 28 September 1893 , berdiri perkumpulan atau bond sepakbola pertama, yang dikenal dengan nama *Rood Wit* yang berarti merah putih, di Batavia. Pada masa ini diurus oleh pemerintahan Belanda melalui satu bond yaitu *Nedherlandche Indonesische Voetbal Bond* (NIVB) yang berpusat di Batavia. Pada tahun 1920 berdiri perkumpulan di Surakarta yang disebut Java Voetbal Bond oleh Dr.Warjiman dan Mr.Wangsa Negara.

Selanjutnya pada tanggal 19 April 1930 diadakan konferensi bond-bond sepakbola pribumi yang diprakarsai oleh Mr.Subroto. Konferensi ini melahirkan Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia atau dikenal dengan sebutan PSSI yang berhasil mengangkat ketua PSSI yang pertama adalah Ir.Soeratin. PSSI telah mengalami pasang surut kepengurusan dan pencapaian prestasi hingga sekarang ini, termasuk belum berhasil membawa sepakbola Indonesia lolos ke Piala Dunia.

#### **b. Hakikat Permainan Sepakbola**

Sepakbola adalah cabang olahraga permainan beregu yang pelaksanaannya dilakukan oleh 2 tim. Jumlah permainan yang bertanding setiap tim 11 orang termasuk penjaga gawang. Setiap pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badan kecuali tangan. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga

gawang yang dapat memainkan bola bebas menggunakan seluruh anggota badannya di dalam daerah penalti. Permainan ini dilakukan diatas lapangan rumput yang rata, berbentuk persegi panjang yang panjangnya 100 meter sampai 110 meter dan lebarnya 64 meter sampai 75 meter. Pada kedua garis batas lebar lapangan (garis gawang) ditengah-tengahnya masing-masing didirikan sebuah gawang yang berhadapan.

Dalam permainan sepakbola digunakan sebuah bola yang bagian luarnya terbuat dari kulit. Masing-masing regu menempati separuh lapangan. Permainan dipimpin oleh seorang wasit dan dibantu 2 orang asisten wasit sebagai penjaga garis. Pelaksanaan permainan sepakbola dilakukan 2 babak selama 2 x 45 menit. Inti permainannya adalah berusaha memasukkan bola ke dalam gawang lawan dan mencegah lawan memasukkan bola ke gawang.

Sepakbola merupakan olahraga permainan, untuk itu supaya dapat bermain dengan baik dan benar maka kemampuan dasar bermain sepakbola harus diketahui.

### **c. Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola**

Menurut Soekatamsi (1994: 30), dalam bukunya yang berjudul Permainan Besar 1 (Sepakbola):

Teknik dasar bermain sepakbola adalah semua gerakan-gerakan tanpa bola dan semua gerakan-gerakan dengan bola yang diperlukan untuk bermain sepakbola.

Menurut Komarudin (2005: 38-59), secara garis besar teknik permainan sepakbola terdiri dari dua bagian besar, yaitu:

## 1) Teknik Badan (teknik tanpa bola)

### a) Cara berlari

Cara berlari dalam sepakbola adalah dengan langkah-langkah pendek dan cepat, lari dengan bagian depan telapak kaki memungkinkan untuk hal itu. Dengan cara lari yang demikian langkah-langkah kaki akan lebih ringan, perubahan arah lebih mudah dilakukan, dan gerakan eksplosif hanya dapat dilakukan jika pemain “siap” dengan berat badan bertumpu pada telapak kaki bagian depan tersebut.

### b) Cara melompat

Cara melompat dalam sepakbola terutama bertujuan untuk menyundul bola. Dalam perebutan bola tinggi, pemain perlu melompat untuk dapat lebih dahulu menyundul bola daripada lawannya, dan untuk “lebih dahulu” dapat menyundul bola itu, pemain perlu melompat lebih tinggi dari lawan dan juga dapat menentukan “saat yang tepat” atau *timing* yang pas dalam melakukan lompatan.

### c) Gerak tipu badan

Gerak tipu badan dapat dilakukan dalam usaha untuk melewati lawan, pemain dapat melakukan gerakan-gerakan yang tidak terduga dengan tubuhnya, baik dengan gerakan kaki, badan, bahkan terkadang dengan gerakan kepala. Gerakan tipuan ini merupakan gerakan yang penuh dengan kejutan (*surprise*), sehingga gerakan berhenti secara tiba-tiba pun termasuk gerak tipu badan. Prinsip dari gerak tipu badan adalah semakin tidak terduga gerakan tersebut semakin baik.

## 2) Teknik dasar dengan bola

### a) Kontrol bola (*ball control*)

#### (1) Kontrol dasar (*basic control*)

Kontrol dasar adalah kemampuan pemain saat menerima bola, kemudian berusaha menguasainya sampai saat pemain tersebut akan mengoperkan bola kepada temannya. Seorang pemain akan kesulitan mengikuti permainan apabila tidak memiliki kemampuan untuk mengontrol atau mengendalikan bola. Kemampuan dalam menguasai bola tidak dipengaruhi oleh tinggi, kuat atau kecepatan pemain, namun ketepatan, kecermatan, serta ketenangan saat menerima bola adalah faktor yang akan menentukan keberhasilan menguasai bola.

#### (2) Menggiring bola (*dribbling*)

Menggiring bola adalah usaha untuk melewati lawan, mengarahkan bola ke ruang kosong, melepaskan diri dari kawalan lawan, membuka untuk kawan, serta menciptakan peluang untuk melakukan *shooting* ke gawang lawan. Dalam menggiring bola pemain dapat menggunakan sisi kaki bagian dalam, sisi kaki bagian luar, serta punggung kaki.

### b) Menendang bola (*passing*)

#### (1) Operan pendek (*short passing*)

Operan pendek bertujuan untuk memindahkan bola dengan cepat dengan tujuan teman satu tim, operan ke daerah kosong, operan terobosan, serta mencetak gol.

(2) Operan panjang atas (*long passing*)

Operan panjang (*long passing*) biasanya dilakukan saat terjadi pelanggaran di lapangan tengah, tendangan ke gawang, tendangan penjur, serta umpan lambung dari sisi lapangan (*crossing*) yang sering memudahkan *striker* untuk mencetak gol.

(3) Menendang bola ke gawang (*shooting*)

*Shooting* merupakan perpaduan antara kekuatan, ketepatan atau arah tembakan, serta keyakinan untuk mencetak gol. *Shooting* dapat dilakukan dengan semua bagian kaki, namun secara teknis agar bola dapat ditendang dengan baik, dapat dilakukan dengan punggung kaki, sisi kaki bagian dalam, sisi kaki bagian luar, punggung kaki bagian dalam, dan punggung kaki bagian luar.

c) Menyundul bola (*heading*)

Menyundul bola merupakan salah satu teknik dasar yang dapat digunakan di semua posisi dan sudut lapangan, yang umumnya dilakukan dengan kepala. Teknik ini dilakukan untuk mengoper dan mengarahkan bola ke teman, menghalau bola di daerah pertahanan, mengontrol atau mengendalikan bola, serta melakukan sundulan untuk mencetak gol.

d) Merebut bola (*sliding tackle-shielding*)

Merebut bola dilakukan untuk menahan lajunya pemain lawan, menunda permainan yang cepat, menggagalkan serangan berbahaya melalui aksi *dribbling*, menghalau bola keluar lapangan, dan untuk melakukan serangan balik. Merebut bola dapat dilakukan dengan berdiri,

melayang ataupun sambil menjatuhkan tubuh baik dari depan, samping, ataupun belakang.

e) Lemparan ke dalam (*throw-in*)

Lemparan ke dalam dilakukan untuk menghidupkan kembali permainan setelah bola keluar lapangan permainan melewati garis samping. Bahkan saat ini tidak jarang pemain yang mempunyai kekuatan dan ketepatan dalam melakukan lemparan ke dalam, langsung mengarahkan lemparan menuju pemain menyerang yang ada di depan gawang lawan.

f) Penjaga gawang (*goal keeping*)

Penjaga gawang merupakan tembok pertahanan yang terakhir, peran penjaga gawang sangat dibutuhkan dalam permainan ini. Seorang penjaga gawang harus bekerja keras untuk mempertahankan gawangnya menahan serangan dari tim lawan.

Seorang pemain untuk dapat bermain sepakbola dengan baik harus mempunyai dasar teknik sepakbola yang baik. Menurut Herwin (2004: 21-25), permainan sepakbola mencakup dua teknik dasar yang harus dimiliki atau dikuasai oleh pemain, yaitu: teknik tanpa bola dan teknik dengan bola.

1) Teknik Tanpa Bola

Selama dalam permainan sepakbola, seorang pemain harus mampu berlari dengan langkah pendek maupun panjang karena harus merubah kecepatan lari. Gerakan lainnya seperti berjalan, berjingkat, melompat,

meloncat, berguling, berputar, berbalik dan berhenti tiba-tiba yang semua ini harus dimiliki oleh pemain. Semua gerak ini sangat dibutuhkan dalam permainan sepakbola dan biasanya disebut juga dengan gerak teknik tanpa bola.

## 2) Teknik dengan Bola

Seorang pemain dituntut untuk menguasai bola dengan sebaik-baiknya ketika menerima bola agar mampu bermain sepakbola dengan baik. Kemampuan gerak dengan bola ini biasanya disebut teknik dengan bola yaitu meliputi :

### a) Pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball felling*)

Tujuan pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball felling*) untuk memulai pembelajaran dan latihan permainan sepakbola, harus diawali dengan pembelajaran dan latihan pengenalan bola dengan seluruh bagian tubuh (*ball felling*) dengan baik dan benar. Bagian tubuh yang diperbolehkan menyentuh bola meliputi bagian kaki dalam, kaki luar, tumit, punggung kaki, telapak kaki, paha, dada, dan kepala. Untuk melakukan *ball felling* dapat dimulai dari berdiri di tempat, berpindah tempat dan sambil berlari baik dalam bentuk menahan bola, menggulirkan bola dan menimang bola dengan bagian kaki, paha dan kepala.

### b) Menendang bola (*passing*) Mengoper bola pendek dan panjang atau melambung, menendang bola (*shooting*)

Dalam permainan sepakbola menendang bola (*passing*) memiliki tujuan antara lain mengoper bola pada teman. Mengoper bola di daerah



kosong, mengoper bola terobosan di antara lawan, menendang bola untuk membuat gol ke gawang lawan, dan menendang bola untuk mengamankan daerah permainan sendiri.

(1) Menendang Bola Bawah (*short passing*)

Menendang bola menyusuri tanah atau bawah, hanya dapat dilakukan dengan sikap awal kedua kaki yang baik, yaitu dengan memperhatikan

(a) Kaki tumpu dan kaki ayun (*steady leg position*)

Kaki yang tidak menendang bola dinamakan kaki tumpu, dan kaki yang menendang bola dinamakan kaki ayun. Untuk menghasilkan tendangan bola bawah, kaki tumpu di samping atau agak di depan bola dan ujung kaki tumpu mengarah ke sasaran. Pergelangan kaki ayun harus terkunci atau kaku saat mengenai bola.

(b) Bagian bola

Bagian bola yang dikenakan oleh kaki ayun adalah titik tengah bola ke atas.

(c) Perkenan kaki dengan bola (*impact*)

Bagian kaki ayun yang mengenai bola harus pada sisi kaki yang terlebar yaitu sisi kaki bagian dalam.

(d) Akhir gerakan (*follow-trough*)

Sebagai tindak lanjut gerakan menendang dan memberi hasil tendangan lebih keras, maka kaki ayun harus betul-betul optimal ke depan.

## (2) Menendang Bola Atas (*long passing*)

Menendang bola atas atau melambung sering dilakukan saat terjadi pelanggaran di lapangan tengah, tendangan gawang dan tendangan sudut, hanya dapat dilakukan dengan sikap awal kedua kaki dan arah tubuh yang baik, yaitu dengan memperhatikan :

### (a) Kaki tumpu dan kaki ayun (*steady leg position*)

Untuk menghasilkan tendangan bola atas, kaki tumpu berada di samping agak belakang bola dan kaki ujung tumpu mengarah ke sasaran. Kaki ayun di tarik ke belakang ke arah paha bagian belakang dan agak di tekuk ke belakang.

### (b) Bagian bola

Bagian bola yang dikenakan oleh kaki ayun adalah bagian bawah bola.

### (c) Perkenaan kaki dengan bola (*impact*)

Bagian kaki ayun yang mengenai bola harus terkunci dan kaku, perkenaan pada punggung bagian dalam.

### (d) Akhir gerakan (*follow trough*)

Sebagai tindak lanjut gerakan menendang dan member hasil tendangan naik atau melambung dan keras, maka kaki ayun harus betul-betul optimal ke depan.

## (3) Menendang Bola ke Gawang (*shooting*)

### (a) Kaki tumpu dan kaki ayun (*steady leg position*)

Untuk menghasilkan tendangan bola bawah, kaki tumpu di samping atau agak di depan bola dan ujung kaki tumpu mengarah ke sasaran. Pergelangan kaki ayun harus terkunci atau kaku saat akan mengenai bola.

(b) Bagian bola

Bagian bola yang dikenakan oleh kaki ayun adalah titik tengah bola ke atas.

(c) Perkenaan kaki dengan bola (*impact*)

Bagian kaki ayun yang mengenai bola harus pada punggung kaki penuh atau kura-kura kaki.

(d) Akhir gerakan (*follow trough*)

Sebagai tindak lanjut gerakan menendang dan memberi hasil tendangan lebih keras, maka kaki ayun harus betul-betul optimal ke depan.

c) Menggiring bola (*dribbling*)

Menggiring dalam permainan sepakbola bertujuan untuk melewati lawan, untuk mendekati daerah pertahanan lawan, untuk membebaskan diri dari kawalan lawan, untuk mencetak gol, dan untuk melewati daerah bebas. Bagian kaki saat menggiring bola hampir sama dengan menendang passing bola bawah, yaitu sisi kaki bagian dalam, punggung kaki penuh, punggung kaki bagian dalam, punggung kaki bagian luar dan sisi kaki bagian luar.

d) Menghadapi lawan dan daerah bebas, menerima dan menguasai bola (*receiving and controlling the ball*) dengan kaki, paha, dan dada

Dalam permainan sepakbola seorang pemain harus mampu menerima, menghentikan bola dan menguasainya dengan baik. Tujuannya adalah untuk mengamankan bola dalam permainan tim sendiri tetap terjaga, menahan bola untuk mengoper bola ke teman atau daerah, untuk mencetak gol, untuk menguasai permainan dalam tim. Bagian tubuh saat akan menerima bola, diperkenankan dengan semua bagian tubuh yang diperbolehkan oleh peraturan, yaitu bagian kaki, paha, dada, dan kepala kecuali dengan tangan (khusus penjaga gawang diijinkan).

e) Menyundul bola (*heading*) untuk bola lambung atau bola atas

Menyundul bola bertujuan untuk mengoper ke teman, menghalau bola dari daerah gawang atau daerah berbahaya, meneruskan bola ke teman atau daerah yang kosong, dan untuk membuat gol ke gawang lawan. Menyundul bola yang lazim adalah dengan bagian dahi atau kening. Meskipun dengan bagian kepala diperkenankan.

f) Gerak tipu (*feinting*) untuk melewati lawan

Gerak tipu dilakukan oleh seseorang yang menguasai bola dengan tujuan untuk melewati lawan, sehingga mampu melakukan operan bola ke teman dengan baik ataupun mencetak gol ke gawang lawan.

g) Merebut bola (*tackling/shielding*) saat lawan menguasai bola

Merebut bola dibenarkan dalam permainan sepakbola selama pemain yang akan merebut bola betul-betul mengenai bola yang dikuasai oleh

pemain lainnya. Tujuan merebut bola adalah untuk menahan lajunya pemain menuju gawang pemain bertahan, menunda permainan yang cepat, menggagalkan serangan berbahaya melalui aksi *dribbling*, menghalau bola ke luar lapangan permainan untuk melakukan serangan balik.

h) Melempar bola (*throw-in*) bila bola keluar lapangan untuk menghidupkan kembali permainan

Pada saat bola melewati garis samping yang dilakukan oleh pemain dari Tim A, maka pemain Tim B harus melakukan lemparan ke dalam (*throw-in*), agar permainan dapat dilanjutkan. Jadi tujuan melempar bola adalah untuk menghidupkan kembali permainan setelah bola keluar lapangan permainan melewati garis samping.

i) Teknik menjaga gawang (*goal keeping*)

Menjaga gawang (*goal keeping*) dengan baik oleh seorang penjaga gawang (*goal keeper*) adalah mutlak harus dilakukan selama pertandingan. Penjaga gawang harus berjuang keras mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan. Bila penjaga gawang mampu mempertahankan gawangnya tidak kemasukan, maka kemungkinan menang bagi timnya adalah penting.

Seorang pemain harus menguasai keterampilan dasar bermain sepakbola yang meliputi: *shooting* (menendang bola ke gawang), *passing* (mengumpan), dan *dribbling* (menggiring bola). Khusus dalam teknik *dribbling* (menggiring bola) pemain harus menguasai teknik tersebut dengan baik, karena teknik *dribbling* sangat berpengaruh terhadap permainan para

pemain sepakbola (Sudjarwo,dkk. 2005: 25). Penerapan dan penguasaan kemampuan dasar tersebut merupakan salah satu landasan yang sangat penting agar dapat meningkatkan prestasi dalam bermain sepakbola.

Dari pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan beregu yang setiap regu terdiri sebelas pemain termasuk penjaga gawang. Seluruh pemain boleh menggunakan bagian tubuh manapun kecuali tangan, hanya penjaga gawang yang boleh memainkan bola dengan tangan di daerahnya sendiri.

## **2. Hakikat Menggiring Bola**

Menurut Abdoellah (1981: 109), menggiring bola merupakan suatu usaha untuk membawa bola ke depan, yang bertujuan cepat menuju ke keranjang, menyusup pertahanan lawan dan mengacau pertahanan lawan, dan membekukan permainan.

Menggiring bola berperan dalam usaha melewati lawan, mencari kesempatan, mengumpan bola kepada rekan satu tim, untuk menahan bola tetap dalam penguasaan. Tidak berlebihan jika ditambah kemampuan menggiring bola dapat memberikan kemenangan dalam pertandingan di samping faktor yang lain (Soekamtasi: 1984). Dengan demikian teknik menggiring bola pada permainan sepakbola sangat berpengaruh terhadap keberhasilan sebuah tim dalam meraih kemenangan.

Menggiring bola dapat dilakukan dengan berbagai cara diantaranya : menggunakan sisi kaki bagian dalam, menggunakan sisi kaki bagian luar dan

menggunakan kura-kura kaki. Ketika menggiring bola, kepala harus tetap tegak dan mata terpusat ke lapangan permainan dan tidak terpaku pada kaki.

Menurut Robert Koger (2007: 51), menggiring bola adalah metode menggerakkan bola dari satu titik ke titik lain di lapangan dengan menggunakan kaki. Bola harus selalu dekat dengan kaki agar mudah dikontrol. Pemain tidak boleh terus menerus melihat bola, harus melihat ke sekeliling dengan kepala tegak agar dapat mengamati situasi lapangan dan mengawasi gerak-gerik pemain lainnya.

Menurut Danny Mielke (2007: 1), menggiring dalam permainan sepakbola didefinisikan sebagai penguasaan bola dengan kaki saat bergerak di lapangan permainan. Menggiring bola (*dribbling*) adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan ataupun tembakan ke gawang. Pemain yang mempunyai kemampuan menggiring bola dengan efektif, sumbangan mereka dalam pertandingan akan sangat besar.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa untuk menjadi penggiring bola yang hebat diperlukan antara lain *control dribble*, pewaktuan dan kecepatan yang baik dari pemain sepakbola. Untuk itu setiap pemain perlu berlatih sehingga bisa menjadi pemain yang handal yang memiliki teknik menggiring bola yang baik.

### 3. Unsur-Unsur Kondisi Fisik Secara Umum

Kualitas fisik seperti kelentukan, kekuatan, daya tahan dan kecepatan merupakan faktor penting yang harus dikuasai oleh pemain sepakbola untuk dapat berhasil menguasai bola dalam permainan. Untuk mencapai kondisi fisik yang tinggi, diperlukan latihan yang teratur dan terprogram dengan baik. Untuk itu diperlukan sekedar pengetahuan tentang kondisi fisik. Kondisi fisik atlet memegang peranan yang sangat penting dalam program latihannya. Program latihan kondisi fisik haruslah direncanakan secara baik, sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh sehingga dengan demikian memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik, (Harsono, 1988: 153).

Dalam meningkatkan prestasi, banyak terdapat unsur-unsur peningkatan kondisi fisik. Hal ini bertujuan agar kemampuan fisik atlet meningkat menuju kondisi puncak dan berguna untuk melakukan aktivitas olahraga dalam mencapai prestasi maksimal.

Menurut M. Sajoto (1998: 58-59), ada 10 macam peningkatan kondisi fisik, yaitu:

a. Daya tahan (*Endurance*)

Daya tahan adalah kemampuan seseorang dalam mempergunakan suatu kelompok ototnya, untuk berkontraksi terus-menerus dalam waktu relatif cukup lama, dengan beban tertentu.



b. Kecepatan (*Speed*)

Kecepatan adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan yang berkesinambungan, dalam bentuk yang sama dalam waktu sesingkat-singkatnya.

c. Kelincahan (*Agility*)

Kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah, dalam posisi-posisi arena tertentu.

d. Kelentukan (*Flesibility*)

Kelentukan adalah keefektifan seseorang dalam penyesuaian dirinya, untuk melakukan segala aktivitas tubuh dengan penguluran seluas-luasnya, terutama otot-otot, ligament-ligamen di sekitar persendian.

e. Reaksi (*Reaction*)

Reaksi adalah kemampuan seseorang secara bertindak secepatnya, dalam menanggapi rangsangan yang datang.

f. Daya Ledak (*Muscular Power*)

Daya ledak adalah kemampuan seseorang untuk mengeluarkan kekuatan maksimum. Dengan usahanya yang dikerahkan dalam waktu sependek-pendeknya.

g. Koordinasi (*Coordination*)

Koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif.

h. Ketepatan (*Accuracy*)

Ketepatan adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan gerak bebas, terhadap suatu sasaran.

i. Keseimbangan (*Balance*)

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf ototnya, selama melakukan gerak-gerak yang cepat, dengan perubahan letak titik-titik berat badan yang cepat pula, baik dalam keadaan statis maupun lebih-lebih dalam gerak dinamis.

j. Kekuatan (*Strength*)

Kekuatan adalah komponen kondisi fisik, yang menyangkut masalah kemampuan atlet pada saat mempergunakan otot-ototnya, menerima beban dalam waktu kerja tertentu.

#### **4. Unsur-Unsur Kondisi Fisik Dalam Permainan Sepakbola**

Menurut Komarudin, (2005: 21-37) bahwa faktor pendukung yang sangat penting bagi penguasaan keterampilan sepakbola ada dua aspek yang harus dipenuhi, yaitu unsur fisik dan unsur motorik.

a. Unsur Fisik

1) Kelentukan (*flexibility*)

Kelenturan adalah jarak kemungkinan gerak dari suatu persendian atau kelompok sendi. Semakin besar jarak yang dicapai semakin baik kelenturan dari sendi itu.

## 2) Kekuatan (*strength*)

Kekuatan adalah sejumlah daya yang dapat dihasilkan oleh suatu otot ketika otot itu berkontraksi. Kekuatan dapat ditingkatkan dengan menambah beban yang bisa di atasi otot secara progresif sehingga otot tersebut menyesuaikan kekuatannya pada beban itu dengan cara menambah ukurannya yang diistilahkan dengan *hyper trophy*.

## 3) Daya Ledak (*power*)

*Power* adalah kombinasi dari kekuatan dan kecepatan. Kekuatan mengukur kemampuan untuk mengangkat bebannya dan mengukur kecepatan untuk mengangkat beban itu.

## 4) Daya Tahan (*endurance*)

Daya tahan otot dapat dianggap sebagai kemampuan menahan kelelahan otot atau kemampuan untuk bertahan dalam lama kegiatan olahraga.

### b. Unsur Motorik

#### 1) Keseimbangan (*balance*)

Keseimbangan adalah istilah yang digunakan untuk menerangkan kemampuan atau ketidak mampuan seseorang untuk memelihara *equilibrium*, baik bersifat statis (*static balance*) seperti dalam posisi diam bisa juga bersifat dinamis (*dynamic balance*) seperti pada saat melakukan gerakan lokomotor.

## 2) Orientasi Ruang (*spatial orientation*)

Orientasi ruang adalah kemampuan seseorang untuk bisa merasakan dan berfungsi dalam situasi-situasi seperti :

- a) Posisi tubuh terbalik
- b) Posisi tubuh berputar
- c) Posisi tubuh pada ketinggian
- d) Posisi tubuh pada saat melayang.

## 5. Hakikat Kelincahan

Istilah kelincahan sering kali disamakan dengan koordinasi kemampuan gerakan, keterampilan, kemampuan menggerakkan otot-otot atau kecekatan. Kelincahan merupakan kualitas yang sangat kompleks. Kelincahan ini mencakup interaksi kualitas-kualitas fisik yang lain (kecepatan reaksi, kecepatan, kekuatan, kelentukan, keterampilan gerak dan sebagainya), karena semua ini beraksi bersama, (M. Furqon, 1995: 102). Menurut Ismaryati (2006: 41) kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat.

Sedangkan menurut Sardjono (1977: 5) kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah posisi atau arah. Kelincahan menuntut seseorang untuk bisa merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat tanpa mengalami gangguan keseimbangan, maka dari itu kelincahan juga tergantung pada keadaan tubuh seseorang, seperti tinggi badan, umur, berat badan, usia, kelelahan, dan jenis kelamin yang sangat berpengaruh pada keseimbangan.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh secara cepat dan efektif tanpa ada gangguan keseimbangan. Dan faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan antara lain yaitu kecepatan, keseimbangan, kekuatan. Dari pendapat tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa seseorang yang mempunyai kordinasi yang baik, maka kelincahannya juga akan baik. Dengan demikian seseorang yang mempunyai kelincahannya kurang diberikan latihan koordinasi yang dapat meningkatkan kelincahannya.

## **6. Hakikat Menimang Bola (*Juggling*)**

Menurut Danny Mielke (2007:9) *juggling* adalah menimang bola . maksudnya yaitu mempertahankan bola tetap berada di udara selama mungkin menggunakan semua bagian tubuh kecuali tangan. Melakukan *juggling* adalah cara yang bagus untuk mengembangkan reaksi yang cepat, kontrol bola dan meningkatkan konsentrasi.

Sedangkan menurut Robert Koger (2007:130) *juggling* adalah menendang bola terus menerus menggunakan kaki, paha atau juga dengan kepala. *Juggling* bisa juga diartikan dengan mempertahankan bola tetap berada di udara dengan menggunakan kepala, bahu, paha dan kaki, Tom Fleck dan Ron Quinn (2007: 55)

Setiap pemain harus memiliki berbagai keterampilan dasar mengontrol bola. Melakukan *juggling* adalah cara yang sangat bagus untuk mengembangkan reaksi yang cepat, kontrol bola dan meningkatkan

konsentrasi yang diperlukan agar bisa berperan dengan baik dalam permainan. Bagian tubuh manapun bisa digunakan untuk melakukan *juggling*, antara lain punggung kaki, paha, dada atau kepala. Kunci melakukan *juggling* adalah memperlunak sentuhan antara bola dengan bagian tubuh yang mengenai bola.

Teknik *juggling* tidak akan diberikan terlalu dini oleh seorang pelatih untuk dipelajari dalam mengembangkan keterampilan teknik bermain sepakbola. Namun, tantangan dan dorongan akan keberhasilan didalam aktifitas ini menjadikan pendorong yang sangat kuat untuk meningkatkan keterampilan sepakbola ini. Dalam permainan sepakbola, pemain memang tidak akan mempertontonkan aksi *juggling* secara berlebihan. Meskipun akan terlihat menarik tetapi tidak akan efektif karena tujuannya untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya tidak akan tercapai. Keterampilan ini perlu dipelajari untuk mengasah kemampuan mengolah bola dengan cara yang menyenangkan.

## **7. Hubungan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola**

Dalam permainan sepakbola sangat erat kaitannya dengan kelincahan karena kelincahan merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi suatu gerakan. Kelincahan merupakan salah satu dari beberapa komponen gerakan yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola. Di dalam permainan sepakbola kelincahan sangat diperlukan karena dengan memiliki kelincahan yang baik maka seorang pemain dapat menghindari dari kawalan pemain, melewati lawan untuk memberikan operan

bola kepada teman, pemain tidak mengalami kesulitan yang berarti ketika akan melewati dari hadangan-hadangan lawan dengan tujuan untuk mengecoh, menyerang dan menciptakan *goal*. Semua tipe *dribble* yang baik terdiri dari beberapa komponen. Komponen tersebut mencakup perubahan kecepatan dan arah yang mendadak, gerak tipu tubuh dan kaki, dan kontrol bola yang rapat (Luxbacher, 2011: 48)

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa apabila seorang pemain memiliki kelincahan yang baik maka seorang pemain juga akan memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. Perlu diingat bahwa selain kelincahan ada beberapa komponen yang juga dapat mempengaruhi dari kualitas menggiring bola seperti kecepatan, kelentukan. Selain itu juga faktor yang dapat mempengaruhi hasil dari kelincahan yaitu usia, jenis kelamin, dan kelelahan.

## **8. Hubungan keterampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola**

Dalam permainan sepakbola setiap pemain harus memiliki berbagai keterampilan dasar mengontrol bola. Bagian tubuh manapun bisa digunakan untuk melakukan *juggling*, antara lain punggung kaki, paha, dada atau kepala.

Kunci melakukan *juggling* adalah memperlunak sentuhan antara bola dengan bagian tubuh yang mengenai bola. Sedangkan menggiring bola erat kaitannya dengan sentuhan terhadap bola, agar dalam melakukan gerakan menggiring bola dapat dilakukan dengan efektif dan efisien. *control dribble*, pewaktuan dan kecepatan yang baik dari pemain sepakbola dilatih salah satunya dengan *juggling* tersebut.

Keterampilan *juggling* yang dimiliki akan sangat membantu dalam mengembangkan keterampilan menerima bola, setelah berhasil menerima bola maka seorang pemain akan melanjutkan dengan gerakan berikutnya. (Danny Mielke, 2007: 14) Untuk itu setiap pemain perlu berlatih sehingga bisa menjadi pemain yang handal yang memiliki teknik menggiring bola yang baik.

## **9. Hakikat Ekstrakurikuler**

### **a. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler**

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan siswa sekolah atau universitas, di luar jam belajar kurikulum standar. Kegiatan-kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang di luar bidang akademik. Kegiatan ini diadakan secara swadaya dari pihak sekolah maupun siswa-siswi itu sendiri untuk merintis kegiatan diluar jam pelajaran sekolah. (wikipedia, Ekstrakurikuler. 2012)

Kegiatan ekstrakurikuler adalah program yang dipilih peserta didik berdasarkan bakat dan minat. Yudha M. Saputra, (1999: 9) berpendapat bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antara mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan



manusia seutuhnya. Kegiatan ini dilakukan berkala atau hanya dalam waktu-waktu tertentu dan ikut dinilai.

Di sekolah, ekstrakurikuler terdiri dari ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Biasanya di sekolah-sekolah, ekstrakurikuler olahraga masuk dalam kategori pilihan. Untuk membentuk pribadi seutuhnya sesuai dengan tingkat perkembangan siswa menurut jenjang atau tingkatan sekolah dikaitkan dengan kehidupan sebagai suatu bangsa berdasarkan pandangan hidup Pancasila.

Menurut Suryobroto, (2002:270) kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan, di luar struktur program yang pada umumnya merupakan kegiatan pilihan. Ekstrakurikuler akan bertambah jenis dan macam seiring kebutuhan siswa dan tuntutan perkembangan jaman, serta ekstrakurikuler akan tetap eksis dan diakui keberadaanya di sekolah tergantung oleh beberapa faktor antara lain: guru, pelatih, sarana dan prasarana serta minat siswa itu sendiri. Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah merupakan wadah pembinaan olahraga siswa sehingga memperluas pengetahuan siswa mengenai hal-hal yang berkaitan dengan mata pelajaran yang sesuai dengan program kurikulum sekolah.

#### **b. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler**

Menurut Williamson yang dikutip oleh Yudha M. Saputra (1999: 17), ada empat tipe yang termasuk dalam kegiatan ekstrakurikuler, antara lain:

- 1) Program sekolah dan masyarakat berupa seni lukis, seni tari, seni drama, dan sejumlah kegiatan estetika lainnya.

- 2) Partisipasi dan observasi dalam kegiatan olahraga di luar dan di dalam ruangan, seperti: atletik, renang, tenis, tenis meja, sepakbola, permainan tradisional, dan sebagainya.
- 3) Berdiskusi masalah-masalah sosial dan ekonomi, seperti: melakukan kunjungan ke pasar, ke tempat bersejarah, kebun binatang, kantor kelurahan (desa), dan sebagainya.
- 4) Aktif menjadi anggota klub dan organisasi, seperti: klub olahraga, pramuka, OSIS, dan sebagainya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa SMA Islam 1 Gamping Sleman sebagai salah satu lembaga pendidikan yang ikut berpartisipasi dalam Persepakbolaan di Sleman khususnya dengan penyelenggaraan ekstrakurikuler sepakbola di sekolah.

#### **c. Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler**

Tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler menurut Yudha M. Saputra (1999:13) adalah sebagai berikut :

- 1) Menyiapkan anak menjadi orang yang bertanggung jawab
- 2) Menemukan dan mengembangkan minat dan bakat pribadinya
- 3) Menyiapkan dan mengarahkan pada suatu spesialisasi, misalnya : atlet, ekonom, agamawan, seniman dan sebagainya.

Ketiga tujuan tersebut di atas harus dipertimbangkan dalam pengembangan kegiatan ekstrakurikuler sehingga produk sekolah memiliki kesesuaian dengan apa yang dibutuhkan oleh masyarakat.

#### **d. Prinsip-prinsip Pengembangan Kegiatan Ekstrakurikuler**

Ada lima prinsip pengembangan kegiatan ekstrakurikuler sebagai berikut :

##### **1) Prinsip Relevansi**

Relevansi kegiatan dengan lingkungan hendaknya disesuaikan dengan kehidupan nyata di sekitar anak. Misalnya sekolah berada di daerah pantai, maka kondisi pantai hendaknya diperkenalkan kepada anak, seperti bolavoli pantai, selancar, dayung dan sebagainya.

##### **2) Prinsip Efektifitas dan Efisiensi**

###### **a) Prinsip Efektifitas**

Efektifitas guru, pembina atau pelatih terutama berkenaan dengan sejauh mana kegiatan yang direncanakan dapat dilaksanakan dengan baik. Efektifitas guru dalam melaksanakan proses kegiatan ekstrakurikuler sangat berpengaruh pada efektifitas pencapaian tujuan yang telah ditetapkan. Untuk mencapai tujuan diperlukan keterampilan guru, pembina, dan pelatih dalam mengelola dan melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler.

###### **b) Prinsip Efisiensi**

Efisien merupakan perbandingan antara hasil yang dicapai dan pengeluaran yang diharapkan paling tidak menunjukkan hasil yang seimbang. Hal yang menyenangkan terjadi jika waktu yang digunakan, tenaga yang dikeluarkan, biaya yang dialokasikan dapat mencapai hasil kegiatan yang optimal.

### 3) Prinsip Kesisambungan

Kegiatan ekstrakurikuler sebagai wahana belajar yang dinamis perlu perkembangan terus menerus dan berkesinambungan. Kesisambungan dalam pengembangan ekstrakurikuler menyangkut hubungan antara berbagai jenis program kegiatan atau unit-unit kegiatan lainnya.

### 4) Prinsip Fleksibilitas

Fleksibilitas menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler tidak kaku. Oleh karena itu anak harus diberi kebebasan dalam memilih unit kegiatan sesuai dengan bakat, minat, kebutuhan, dan lingkungannya. Disamping itu juga harus diberikan kebebasan dalam mengembangkan program kegiatan.

### 5) Prinsip Berorientasi pada Tujuan

Tujuan merupakan kriteria yang harus dipenuhi dalam pemilihan kegiatan agar dapat mencapai hasil optimal secara efektif dan fungsional. Prinsip berorientasi pada tujuan berarti bahwa sebelum unit kegiatan ditentukan maka langkah pertama yang dilakukan oleh seorang guru adalah menentukan tujuan terlebih dahulu. Hal ini dimaksudkan agar segala kegiatan anak dapat benar-benar terarah kepada tercapainya tujuan program yang telah ditetapkan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran yang dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah yang bertujuan

untuk menambah wawasan dan keterampilan siswa menurut kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti oleh siswa.

**e. Ekstrakurikuler di SMA Islam 1 Gamping**

Ekstrakurikuler yang dilakukan di SMA Islam 1 Gamping, terdiri dari ekstrakurikuler yang bersifat wajib seperti Teknologi Informasi dan ekstrakurikuler pilihan seperti ekstrakurikuler olahraga, ekstrakurikuler pilihan seperti sepakbola, tenis meja, menjahit, kesenian dan lain-lain.

Kegiatan ekstrakurikuler berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan kurikulum. Kegiatan ini bertujuan untuk menyalurkan bakat dan minat siswa. Sehingga pelajaran yang didapat di dalam kegiatan ekstrakurikuler merupakan sarana untuk memperluas wawasan anak-anak, karena di dalam proses pembelajaran belum tentu anak mendapatkan pengetahuan yang bersangkutan.

Kegiatan ekstrakurikuler di SMA Islam 1 Gamping yang diteliti adalah olahraga sepakbola. Ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping ini baru aktif kegiatannya sejak tahun 2009, sehingga untuk prestasinya masih sangat minim. Untuk pelaksanaan latihannya dalam satu minggu hanya melakukan satu kali latihan yaitu pada hari sabtu pukul tiga sore hingga pukul lima sore.

Peranan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di samping dapat memperdalam dan memperluas wawasan dan pengetahuan siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran pendidikan jasmani, juga akan dapat membantu upaya pembinaan, pemantapan dan pembentukan nilai-nilai

kepribadian siswa selain itu juga dapat menyalurkan dan meningkatkan bakat, minat, dan keterampilan serta prestasi siswa. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola ini mempunyai banyak fungsi selain yang telah diuraikan di atas, yaitu kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dapat menjadi wahana pembinaan khusus untuk melatih siswa-siswa berinteraksi sosial antara sesama siswa dan juga orangtua siswa serta masyarakat sekitar. Dengan adanya interaksi sosial diharapkan akan membentuk sikap kepribadian yang baik.

## **B. Kerangka Berpikir**

Permainan olahraga sepakbola adalah salah satu permainan yang sangat populer. Dalam permainan Olahraga sepakbola ada beberapa teknik dasar yang harus dimiliki seorang pemain sepakbola yaitu menggiring (*dribbling*), mengumpan (*passing*), menembak (*shooting*). Selain melatih pemain-pemain sepakbola dengan teknik pelatih juga harus melatih pemain-pemainnya agar memiliki kemampuan fisik yang baik. Kemampuan fisik dibedakan menjadi 2 yaitu kemampuan fisik umum dan kemampuan fisik khusus, menurut Suharno (1985: 24) komponen fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, dan kelentukan, sedangkan komponen fisik khusus meliputi stamina, power, reaksi, koordinasi, ketepatan, dan keseimbangan.

Dalam menggiring bola sangat dibutuhkan kelincahan, terutama untuk melepaskan diri dari kawalan lawan atau untuk melewati hadangan pemain lawan. Yang dimaksud kelincahan itu sendiri adalah kemampuan mengubah arah dengan cepat dan efektif. Kelincahan adalah bagian dari pada faktor kondisi fisik yang merupakan faktor yang terpenting dalam menunjang

keterampilan menggiring bola pada permainan olahraga sepakbola. Semakin baik kondisi fisik seseorang khususnya kelincahan, diharapkan semakin baik pula kemampuan seseorang dalam menggiring bola.

Dalam permainan sepakbola seringkali pemain menggiring bola, tetapi bola masih dapat direbut oleh pemain lawan. Untuk memperbaiki kelemahan dalam menggiring bola maka diperlukan latihan yang banyak agar kemampuannya meningkat. Salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan tersebut yaitu dengan melakukan *juggling*. Dengan melakukan *juggling*, diharapkan control bola akan menjadi lebih baik lagi. Kekuatan yang digunakan saat menendang dan arah bola yang tepat dapat dilatih dengan melakukan latihan ini. Dengan berlatih *juggling* diharapkan kemampuan menggiring bola menjadi lebih baik lagi.

Untuk mendukung latihan sepakbola di sekolah maka diadakanlah kegiatan ekstrakurikuler sepakbola ini. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler itu sendiri adalah suatu kegiatan untuk meningkatkan salah satu bidang ajar yang diminati oleh sekelompok siswa yang diselenggarakan di sekolah di luar jam pelajaran biasa. Ekstrakurikuler diberikan untuk mengembangkan bakat dan minat serta kemampuan siswa. Hal ini dimaksud untuk menimbulkan kemandirian, rasa percaya diri dan kreatifitas siswa yang merupakan potensi sumber daya manusia yang perlu dibina dan dikembangkan.

### C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul (Suharsimi Arikunto, 1987: 62).

Hipotesis yang dapat di ambil antara lain :

1. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.
2. Ada hubungan yang signifikan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan, dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola.

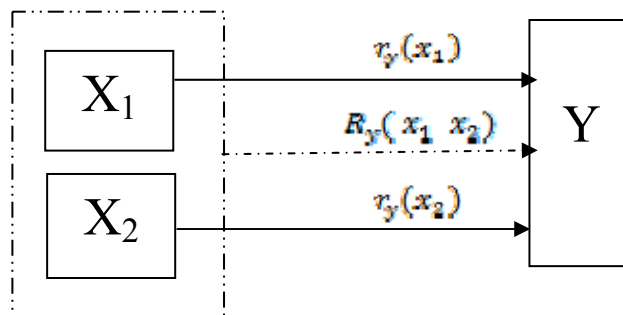


### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Desain Penelitian

Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola. Penelitian ini termasuk penelitian korelasional, (Suharsimi Arikunto, 1992: 213). Penelitian korelasi adalah penelitian yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, seberapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Adapun desain penelitiannya adalah sebagai berikut:



Keterangan :

$X_1$  = kelincahan (Variabel Bebas).

$X_2$  = keterampilan *juggling* (Variabel Bebas).

$Y$  = Kemampuan menggiring bola (Variabel Terikat)

$r_y(x_1)$  = kelincahan dengan Kemampuan menggiring bola

$r_y(x_2)$  = keterampilan *juggling* dengan Kemampuan menggiring bola

$R_y(x_1 x_2)$  = kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan Kemampuan menggiring bola

## B. Definisi Operasional Variabel

Adapun definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kelincahan adalah kemampuan gerak untuk mengubah posisi badan dan arah secepat mungkin sesuai dengan yang dikehendaki. Adapun kelincahan yang dimaksud adalah melakukan lari *zig-zag* melewati rintangan yang sudah ditentukan dengan secepat-cepatnya yang diukur dengan alat stop watch. Kelincahan disini dioperasionalkan sebagai waktu yang dibutuhkan untuk melakukan lari *zig-zag* melewati rintangan sesuai dengan *dogging run test*, dalam satuan detik.
2. *Juggling* (menimang-nimang bola) bisa juga diartikan dengan mempertahankan bola tetap di udara dengan menggunakan kepala, bahu, paha dan kaki, Tom Fleck dan Ron Quinn (2007: 55). *Juggling* sendiri di sini dioperasionalkan sebagai banyaknya pantulan bola ke udara yang dapat dilakukan dengan menggunakan kaki selama 30 detik. Semua bagian kaki diperkenankan untuk dipakai.
3. Keterampilan menggiring bola yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan membawa bola melewati beberapa rintangan dengan secepat-cepatnya yang diukur dengan *stopwatch*. Keterampilan menggiring bola dioperasionalkan sebagai waktu yang dibutuhkan untuk melakukan lari dengan bola melewati rintangan, dalam satuan detik. Setiap testi melakukan gerakan menggiring bola melewati delapan tiang secara *zig-zag*

dan waktunya dihitung dengan *stopwatch*, testi melakukan dua kali percobaan dan diambil waktu yang terbaik. Apabila bola terlepas dari penguasaan maka testi langsung mengulang pada tiang terakhir yang dilewati sebelum bola terlepas.

### **C. Deskripsi Lokasi, Subyek, dan Waktu Penelitian**

#### **1. Deskripsi Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Islam I Gamping, yang beralamatkan di Jl. Wates Kilometer 3, Dusun Pelemgurih, Desa Banyuraden, Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman, Profinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Telp.0274-617391.

#### **2. Deskripsi Subyek Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler Sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman yang berjumlah 20 siswa. Dikarenakan penelitian ini merupakan penelitian populasi, maka seluruh siswa yang ada dijadikan sebagai subjek penelitian, sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler Sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman yang berjumlah 20 siswa.

#### **3. Deskripsi Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Mei sampai dengan bulan September. Selanjutnya pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan sebanyak 3 kali yaitu pada hari Sabtu 23 Juni 2012, kemudian pada hari Sabtu 30 Juni 2012 dan pada hari Sabtu 7 Juli 2012. Penelitian pertama

dilaksanakan pada hari Sabtu 23 Juni 2012 dengan melakukan Tes Kelincahan (*dogging run test*). Sedangkan penelitian kedua dilaksanakan pada hari Sabtu 30 Juni 2012 dengan melakukan Tes Keterampilan *Juggling*. Penelitian ketiga dilaksanakan pada hari Sabtu 7 Juni 2012 dengan melakukan Tes Menggiring Bola. Kegiatan ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman dimulai pukul 15.00 s/d 17.00 WIB.

Menurut Suharsimi Arikunto (1993: 102) yang dimaksud populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi yang digunakan adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping Sleman.

Dalam penelitian ini sampel yang di gunakan adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping Sleman yang berjumlah 20 anak.

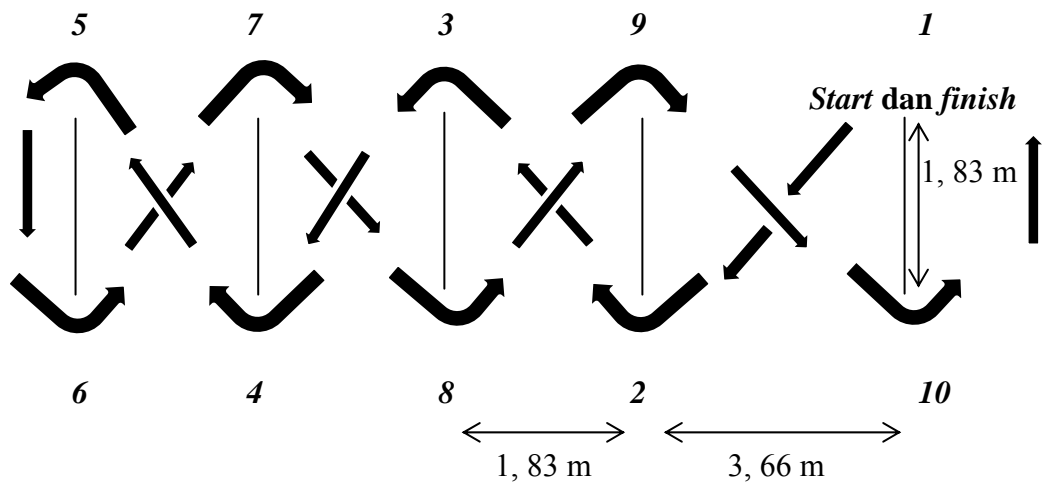
#### **D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

##### **1. Instrumen penelitian**

- a. Tes kelincahan *dogging run test* Ismaryati (2006:43)
  - Tujuan: Mengukur kemampuan merubah arah berlari..
  - Perlengkapan: *Stopwatch*, pita atau isolasi berwarna ,Cat atau kapur, Cone
  - Lapangan: Garis start sepanjang 1,83 meter ,rintangan pertama di depan garis start sejauh 3,66 meter , rintangan kedua di depan rintangan pertama sejauh 1,83 meter, rintangan ketiga dan keempat masing-masing sejauh 1,83 meter.

- Pelaksanaan: Testi berdiri sedekat mungkin dibelakang garis start, kemudian berlari secepat-cepatnya menurut arah yang ditentukan
- Penilaian: Catat waktu yang ditempuh mulai dari start sampai dengan finish. Tes dilakukan 2 kali pelaksanaan dan diambil waktu yang terbaik

Berikut adalah lintasan tes kelincahan (*Dogging Run Test*):



**Gambar 1. Lintasan *Dogging Run Test***

Sumber: Ismaryati (2006: 44)

Keterangan:

Urutan angka	=	urutan arah gerak
Arah <i>start</i> dan <i>finish</i>	=	→
Jarak/garis <i>start</i>	=	↔

b. Menimang-nimang bola (*juggling*) dari Subagyo Irianto

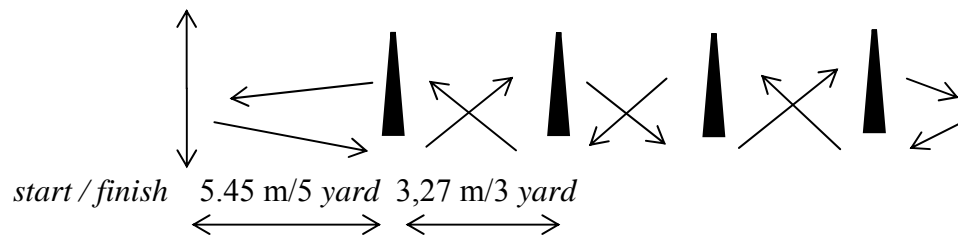
- Tujuan : Untuk mengetahui keterampilan *juggling* menggunakan tes dari Subagyo Irianto, dengan validitas tes 0,659 reliabilitas tesnya 0,953.
- Perlengkapan : *Stopwatch*, bola
- Pelaksanaan : Setiap testi diminta mempertahankan bola di udara selama tiga puluh detik.
- Penilaian : Nilai diberikan berdasarkan berapa kali seorang pemain dapat memantul-mantulkan bola di udara selama tiga puluh detik, dan melakukan dua kali percobaan. Setiap testi hanya boleh menggunakan kakinya untuk melakukan tes ini.

c. Tes menggiring bola (*dribbling*) dengan *soccer dribble test* Ismaryati (2006:56)

- Tujuan: Untuk mengukur kemampuan menggiring bola.
- Alat: Bola, stopwatch, cones, peluit, blangko atau alat tulis
- Pelaksanaan: Menggiring bola sesuai dengan arah atau lintasan yang ditentukan, sampai kembali dan melewati garis *finish*. Setiap rintangan harus dilalui dengan menggiring bola. Pada saat melewati garis *finish*, bola harus tetap digiring. Garis *start* juga merupakan garis *finish*

- Penilaian: Kemampuan menggiring bola dihitung melampaui garis finish. kemampuan menggiring bola dihitung sampai sepersepuluh detik. Tes dilakukan 2 kali pelaksanaan dan diambil waktu terbaik


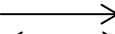
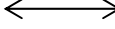
Berikut adalah lintasan tes menggiring bola (*Soccer Dribble Test*)



**Gambar 2. Lintasan Soccer Dribble Test**

Sumber: Ismaryati (2006: 56)

Keterangan:

*Cone* =   
 Arah *start* dan *finish* =   
 Jarak/garis *start* = 

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Tes ini dilaksanakan selama tiga hari pada saat dilaksanakannya ekstrakurikuler. Seluruh tes dilaksanakan dengan dua kali percobaan dan diambil yang terbaik. Hari pertama adalah melakukan tes *dogging run test*, setiap siswa mendapatkan kesempatan pertama secara bergiliran. Kemudian dilanjutkan ke kesempatan yang kedua. Setelah tes *dogging run test* ini selesai, kemudian pada hari ke dua dilanjutkan tes *juggling* dengan dua kali kesempatan. dan yang terakhir adalah tes menggiring bola dengan dua kali kesempatan dan diambil waktu terbaiknya.

## E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi untuk mencari apakah ada hubungan yang berarti antara variabel bebas dan variabel terikat. Analisis tersebut tentang hubungan antara satu variabel terikat (menggiring bola) dan dua variabel bebas (kelincahan dan keterampilan *juggling*). Sebelum dilakukan analisis data, agar kesimpulan yang diperoleh dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya maka perlu diadakan Uji Prasarat dan Uji Hipotesis pada taraf signifikansi 5 %, maka kemungkinan kita akan percaya bahwa 95 % dari keputusan kita adalah benar.

### 1. T-Skor

Hasil kasar yang masih menggunakan satuan yang berbeda tersebut perlu diganti dengan ukuran yang sama, satuan pengganti ini adalah menggunakan t-skor. Dalam penelitian ini rumus t-skor untuk item *tes kelincahan* dan *tes menggiring bola* adalah sebagai berikut:

$$TSkor = 50 + \left( \frac{\bar{X} - X}{SD} \right) \times 10$$

Keterangan :

$\bar{X}$  = Mean (rata-rata)

X = Angka kasar yang diketahui

SD = Standard deviasi angka kasar

Rumus t-skor untuk item keterampilan *juggling* adalah sebagai berikut:

$$TSkor = 50 + \left( \frac{\bar{X} - X}{SD} \right) \times 10$$

Keterangan :

$\bar{X}$  = Mean (rata-rata)

X = Angka kasar yang diketahui

SD = Standard deviasi angka kasar



## 2. Pemaparan Data Hasil Tes

Dalam rangka pemaparan data hasil tes, baik tes kelincahan, tes keterampilan *juggling*, maupun tes kemampuan menggiring bola dan untuk mengetahui katrgori dari hasil masing-masing tes, maka data hasil tes yang telah di ubah dengan rumus *t-skor*, selanjutnya dimasukkan dalam tabel lima kategori menurut Slameto (2001:186), dengan tujuan supaya data hasil penelitian dapat dipaparkan lebih ringkas dan lebih menarik, selanjutnya data dipaparkan ke dalam tabel lima kategori adalah agar pembaca dapat melihat dan memahami hasil penelitian dengan lebih mudah atau dengan kata lain informasi yang disampaikan akan sama persis dengan apa yang diterima oleh pembaca. Berikut adalah pemaparan secara deskriptif data masing-masing variabel secara rinci pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman. Berikut ini adalah tabel lima kategori :

No	Interval Skor	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

### 3. Uji Prasyarat Analisis Data

Uji prasyarat dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis sudah memenuhi syarat atau belum untuk dilakukan uji hipotesis. Adapun uji prasyarat dalam penelitian ini adalah uji normalitas, dan uji linieritas.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah sebaran dari masing-masing variabel terikat mempunyai distribusi normal atau tidak, uji normalitas dalam penelitian ini yaitu dengan uji *Komogorof-Smirnov* yang rumusnya sebagai berikut:

$$K_D = 1,36 \sqrt{\frac{n_1 + n_2}{n_1 \times n_2}}$$

Keterangan:

$K_D$  = harga Kolmogorof-Smirnov

$N_1$  = jumlah sampel yang diobservasi/diperoleh

$N_2$  = jumlah sampel yang diharapkan

(Sugiyono, 2005:152)

#### b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui hubungan yang linier atau tidak antara data variabel bebas dan variabel terikat. Uji linearitas yaitu dengan uji F, adapun rumusnya adalah:

$$F_{reg} = \frac{Rk_{reg}}{Rk_{res}}$$

Keterangan:

$F_{reg}$  : harga F untuk garis regresi

$Rk_{reg}$  : rerata kuadrat garis regresi

$Rk_{res}$  : rerata kuadrat garis residu

Menurut Duwi Priatno (2009:15) Kriteria uji linieritas, jika signifikansi  $> 0,05$  maka hubungan kedua variabel dinyatakan linier. sebaliknya jika signifikansi  $< 0,05$  maka tidak linier.

#### 4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dimaksudkan untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan sebelumnya.

##### a. Analisis Korelasi *Product Moment*

Dalam penelitian ini analisis korelasi *product moment* bertujuan untuk menguji hipotesis hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, dan hubungan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola. Dalam penghitungannya, analisis korelasi *product moment* yang rumusnya sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N \sum x^2 - (\sum x)^2)(N \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$ : koefisien korelasi

N : jumlah subjek

$\sum xy$  : jumlah perkalian skor x dan y

$\sum x$  : jumlah skor x

$\sum y$  : jumlah skor y

$\sum x^2$  : jumlah kuadrat dari skor x

$\sum y^2$  : jumlah kuadrat dari skor y

##### b. Korelasi Parsial

Korelasi parsial digunakan untuk menganalisis untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen, salah satu variabel

independennya dibuat tetap/dikendalikan. Rumus korelasi parsial adalah sebagai berikut (Sugiyono, 2012: 235) :

$$R_{y.x_1.x_2} = \frac{r_{yx1} - r_{yx2} \cdot r_{x1x2}}{\sqrt{1 - r_{x1x2}^2} \cdot \sqrt{1 - r_{yx2}^2}}$$

Hasil analisis korelasi parsial merupakan angka yang menunjukkan arah dan kuatnya hubungan antara dua variabel yaitu antara variabel independen dan dependen. Ada dua hal dalam penafsiran korelasi parsial, yaitu tanda + dan – yang berhubungan dengan arah korelasi, serta kuat tidaknya korelasi.

#### c. Analisis Regresi Ganda

Analisis regresi ganda digunakan untuk menguji hipotesis hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam 1 Gamping, Sleman. Analisis digunakan untuk menguji analisis sebagai berikut : (a) mencari persamaan regresi, (b) mencari koefisien korelasi ganda, (c) mencari F regresi, dan (d) mencari sumbangan relative (SR) dan sumbangan efektif (SE).

##### 1) Mencari persamaan regresi (Sutrisno Hadi, 1994: 2)

$$Y = a_1 X_1 + a_2 X_2 + K$$

Keterangan:

Y : Kriteria  
X<sub>1</sub> : prediktor 1  
X<sub>2</sub> : prediktor 2

K : bilangan konstanta  
a<sub>1</sub> : koefisien prediktor 1  
a<sub>2</sub> : koefisien prediktor 2

## 2) Mencari koefisien korelasi ganda

Korelasi ganda digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi korelasi variabel prediktor X1 dan X2, secara bersama-sama terhadap kriterium Y, adapun rumusnya sebagai berikut:

$$R_{y(1,2)} = \sqrt{\frac{a_1 \sum x_1 y + a_2 \sum x_2 y}{\sum y^2}}$$

Keterangan :

$R_{y(1,2)}$  : Koefisien Korelasi antara Y dengan X1 dan X2  
 $a_1$  : Koefisien Prediktor X1  
 $a_2$  : Koefisien Prediktor X2  
 $\sum x_1 y$  : Jumlah Produk antara X1 dengan Y  
 $\sum x_2 y$  : Jumlah Produk antara X2 dengan Y  
 $\sum y^2$  : Jumlah kuadrat kriterium Y  
(Sutrisno Hadi, 1994: 25)

## 3) Mencari F regresi

Untuk mengetahui apakah  $R_{y(1,2)}$  signifikan atau tidak ditentukan dengan uji F regresi. Apabila  $p < 0,05$  maka ada hubungan yang signifikan antara variabel terikat dengan variabel bebasnya. Dan apabila  $p > 0,05$  maka tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel terikat dengan variabel bebasnya. Rumus distribusi F adalah sebagai berikut :

$$F_{reg} = \frac{R^2(N - m - 1)}{m(1 - R^2)}$$

Keterangan :

Freg : Harga F garis Regresi

N : Cacah Kasus

M : Cacah Prediktor

R : Koefisien Korelasi antar kriterium dengan prediktor  
(Sutrisno Hadi, 1994: 26)

4) Mencari sumbangan Relatif (SR)

Setelah diketahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel-variabel, langkah berikutnya mencari besarnya sumbangan masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikatnya. Dengan demikian perlu dicari besarnya sumbangan relatif dan sumbangan efektif masing-masing variabel menggunakan rumus seperti yang dikemukakan Sutrisno Hadi, (1994: 45). Adapun rumusnya adalah:

$$1. \quad SR_1 = \frac{b_1 \sum x_1 y}{b_1 \sum x_1 y + b_2 \sum x_2 y} \times 100\%$$

$$2. \quad SR_2 = \frac{b_2 \sum x_2 y}{b_1 \sum x_1 y + b_2 \sum x_2 y} \times 100\%$$

Keterangan :

SR<sub>1</sub> : sumbangan prediktor satu terhadap kriterium dalam %

SR<sub>2</sub> : sumbangan prediktor dua terhadap kriterium dalam %

5) Rumusan mencari Sumbangan Efektif (SE) prediktor adalah:

$$1. \quad \text{Prediktor } X_1 \rightarrow SE_1 = SR_1 \times R^2$$

$$2. \quad \text{Prediktor } X_2 \rightarrow SE_2 = SR_2 \times R^2$$

Keterangan:

SE<sub>1</sub> : Sumbangan efektif prediktor 1

SE<sub>2</sub> : Sumbangan efektif prediktor 2

R<sup>2</sup> : Kuadrat koefisien korelasi prediktor kriterium

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Data Hasil Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman. Untuk mengetahui tingkat kelincahan, keterampilan *juggling* dan kemampuan menggiring siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, maka perlu dilakukan beberapa tes, yaitu *Dogging Run Test* untuk mengukur tingkat kelincahan, tes *juggling* untuk mengukur keterampilan *juggling*, dan *Soccer Dribble Test* untuk mengukur keterampilan menggiring bola.

Dalam penelitian ini data yang diperoleh terdiri dari bermacam-macam jenis dan satuan hitung, tes kelincahan memiliki satuan hitung waktu (semakin nilainya kecil semakin baik), tes keterampilan *juggling* memiliki satuan hitung jumlah bilangan (semakin nilainya besar semakin baik), dan tes kemampuan menggiring bola memiliki satuan hitung waktu (semakin nilainya kecil semakin baik), sehingga perlu disamakan dengan menggunakan rumus *t-score*, Selanjutnya setelah data dikonversikan menjadi nilai *t-score*, maka data dipaparkan ke dalam lima kategori yang bersumber dari Slameto (2001:186), dengan tujuan supaya data hasil penelitian dapat dipaparkan lebih ringkas dan lebih menarik, selanjutnya data dipaparkan ke dalam tabel

lima kategori adalah agar pembaca dapat melihat dan memahami hasil penelitian dengan lebih mudah atau dengan kata lain informasi yang disampaikan akan sama persis dengan apa yang diterima oleh pembaca. Berikut adalah pemaparan secara deskriptif data masing-masing variabel secara rinci pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman.

### **1. Kelincahan**

Kelincahan merupakan suatu kemampuan untuk melakukan gerakan merubah arah secara cepat dan tepat dalam posisi tertentu. Pada cabang olahraga sepakbola kelincahan sangat penting untuk dimiliki oleh pemain, karena sangat dibutuhkan dalam rangka mengkoordinasi gerakan-gerakan yang diperlukan seperti mengecoh lawan, menggiring bola, melakukan *passing* bola secara cepat dan lain sebagainya. Dalam penelitian ini tingkat kelincahan siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman, diketahui dengan cara melakukan tes kelincahan yaitu, *Dogging Run Test* yang dikutip dari Ismaryati (2006:43).

Berdasarkan hasil tes kelincahan, *Dogging Run Test* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman, yang satuan nilainya telah disesuaikan dengan menggunakan rumus *t-score*. Dapat diketahui bahwa hasil tes tersebut memiliki *mean* 50,00, median 47,21, nilai maksimum 68,58, nilai minimum 33,50, dan standar deviasi 10,00. Dibawah ini adalah pemaparan hasil *Dogging Run Test* yang telah dikonversikan ke dalam kategori lima kelas interval.



**Tabel 1. Kelas Interval Data Hasil Tes Kelincahan**

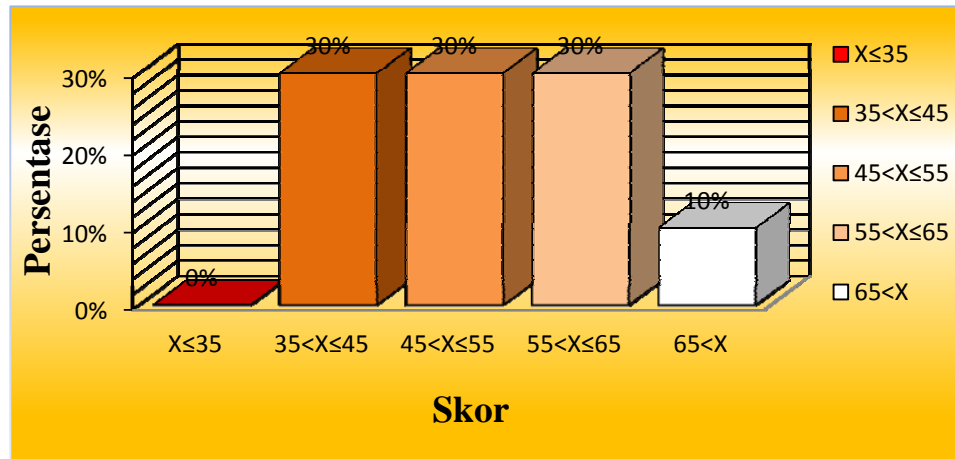
No	Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
1	$65.00 < X$	Baik Sekali	2	10.00%
2	$55.00 < X \leq 65.00$	Baik	6	30.00%
3	$45.00 < X \leq 55.00$	Sedang	6	30.00%
4	$35.00 < X \leq 45.00$	Kurang	6	30.00%
5	$X \leq 35.00$	Kurang Sekali	0	0.00%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan pemaparan data hasil tes kelincahan dengan *Dogging Run Test* pada tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa dalam ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman, terdapat 2 siswa atau sebesar 10.00% yang memiliki skor kelincahan lebih besar dari 65, terdapat 6 siswa atau sebesar 30.00% yang memiliki skor kelincahan antara 55 sampai dengan 65, terdapat 6 siswa atau sebesar 30.00% yang memiliki skor kelincahan antara 45 sampai dengan 55, terdapat 6 siswa atau sebesar 30.00% yang memiliki skor kelincahan antara 35 sampai dengan 45, dan tidak terdapat satu pun siswa atau sebesar 0.00% yang memiliki skor kurang dari 35.

Bila dilihat dari frekuensi tiap kategori, terlihat bahwa siswa berada pada kategori kurang, sedang dan baik. Jadi kelincahan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping Sleman adalah kurang, sedang dan baik.

Untuk memperjelas data hasil tes kelincahan pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman yang tertera pada

tabel kategori di atas, maka data pada tabel tersebut dapat ditampilkan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



**Gambar 3. Diagram Batang Data Hasil Tes Kelincahan**

## 2. Keterampilan *Juggling*

*Juggling* merupakan suatu bentuk aktivitas atau latihan dalam cabang olahraga sepakbola dengan cara menendang bola secara terus-menerus agar tetap di udara yang dapat dilakukan dengan menggunakan kaki, paha atau juga dengan kepala. Dalam penelitian ini keterampilan *juggling* siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman, diketahui dengan cara melakukan tes *juggling* yang dikutip dari Subagyo Irianto.

Berdasarkan hasil tes keterampilan *juggling* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman, yang satuan nilainya disesuaikan terlebih dahulu menggunakan rumus *t-score*. Dapat diketahui bahwa hasil tes tersebut memiliki *mean* 50,00, *median* 48,92, nilai maksimum 70,45, nilai minimum 34,57, dan standar deviasi 10,00. Dibawah

ini adalah pemaparan hasil tes keterampilan *juggling* yang telah dikonversikan ke dalam kategori lima kelas interval.

**Tabel 2. Interval Data Hasil Tes Keterampilan *Juggling***

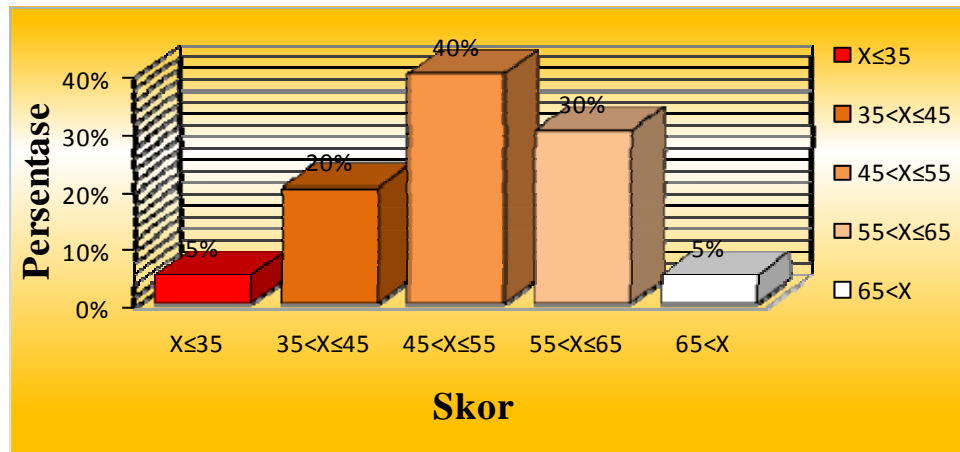
No	Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
1	$65.00 < X$	Baik Sekali	1	5.00%
2	$55.00 < X \leq 65.00$	Baik	6	30.00%
3	$45.00 < X \leq 55.00$	Sedang	8	40.00%
4	$35.00 < X \leq 45.00$	Kurang	4	20.00%
5	$X \leq 35.00$	Kurang Sekali	1	5.00%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan pemaparan data hasil *juggling* pada tabel di atas, maka dapat dijelaskan bahwa dalam ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman, terdapat 1 siswa atau sebesar 5.00% yang memiliki keterampilan *juggling* baik sekali, terdapat 6 siswa atau sebesar 30.00% yang memiliki keterampilan *juggling* baik, terdapat 8 siswa atau sebesar 40.00% yang memiliki keterampilan *juggling* sedang, terdapat 4 siswa atau sebesar 20.00% yang memiliki keterampilan *juggling* kurang, dan terdapat 1 siswa atau sebesar 5.00% yang memiliki keterampilan *juggling* kurang sekali.

Bila dilihat dari frekuensi tiap kategori, terlihat bahwa siswa berada pada kategori sedang. Jadi keterampilan *juggling* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping Sleman adalah sedang.

Untuk memperjelas data hasil tes *juggling* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman yang tertera pada

tabel kategori di atas, maka data pada tabel tersebut dapat ditampilkan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



**Gambar 4. Diagram Batang Data Hasil Tes Keterampilan *Juggling***

### 3. Kemampuan Menggiring Bola

Dalam permainan sepakbola, menggiring adalah salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang bertujuan untuk melewati lawan, mendekati daerah pertahanan lawan, membebaskan diri dari kawalan lawan, dan dalam rangka untuk mencetak gol. Dalam sepakbola menggiring bola dapat dilakukan dengan kaki bagian dalam, punggung kaki penuh, punggung kaki bagian dalam, punggung kaki bagian luar dan sisi kaki bagian luar. Dalam penelitian ini kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman, diketahui dengan cara melakukan tes menggiring bola yaitu *Soccer Dribble Test* yang dikutip dari Ismaryati (2006:56).

Berdasarkan hasil tes menggiring bola dengan *Soccer Dribble Test* pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, yang

satuan nilainya telah disesuaikan dengan menggunakan rumus *t-score*. Dapat diketahui bahwa hasil tes tersebut memiliki *mean* 50,00, *median* 50,59, nilai maksimum 67,33, nilai minimum 30,90, dan standar deviasi 10,00. Dibawah ini adalah pemaparan hasil *Soccer Dribble Test* yang telah dikonversikan ke dalam kategori lima kelas interval.

**Tabel 3. Kategori Lima Kelas Interval Data Hasil Tes Kemampuan Menggiring Bola**

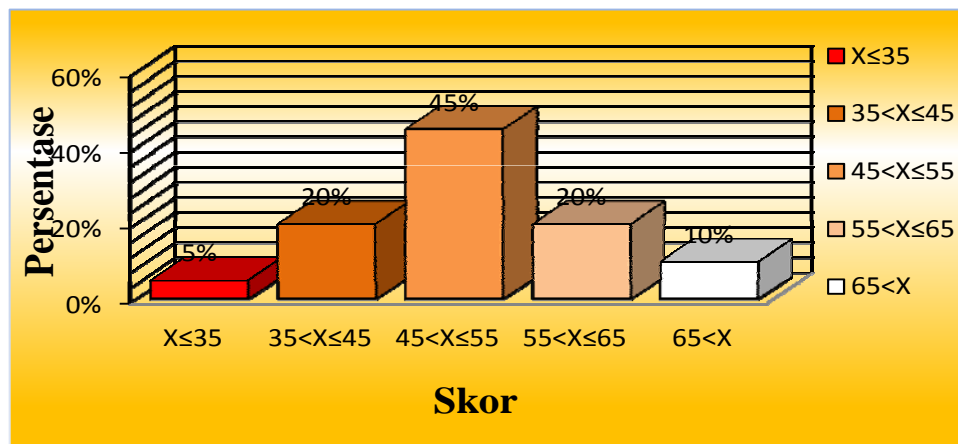
No	Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
1	$65.00 < X$	Baik Sekali	2	10.00%
2	$55.00 < X \leq 65.00$	Baik	4	20.00%
3	$45.00 < X \leq 55.00$	Sedang	9	45.00%
4	$35.00 < X \leq 45.00$	Kurang	4	20.00%
5	$X \leq 35.00$	Kurang Sekali	1	5.00%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan pemaparan data hasil tes kemampuan menggiring bola pada tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa dalam ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman, terdapat 2 siswa atau sebesar 10.00% yang memiliki kemampuan menggiring bola baik sekali, terdapat 4 siswa atau sebesar 20.00% yang memiliki kemampuan menggiring bola baik, terdapat 9 siswa atau sebesar 45.00% yang memiliki kemampuan menggiring bola sedang, terdapat 4 siswa atau sebesar 20.00% yang memiliki kemampuan menggiring bola kurang, dan terdapat 1 siswa atau sebesar 5.00% yang memiliki kemampuan menggiring bola kurang sekali.

Bila dilihat dari frekuensi tiap kategori, terlihat bahwa siswa berada pada kategori sedang. Jadi kemampuan menggiring bola siswa yang

mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam 1 Gamping Sleman adalah sedang.

Untuk memperjelas data hasil tes kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping Sleman yang tertera pada tabel kategori di atas, maka data pada tabel tersebut dapat ditampilkan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



**Gambar 5. Diagram Batang Data Hasil Tes Kemampuan Menggiring Bola**

## B. Hasil Uji Prasyarat

Dalam penelitian ini terdapat tiga hipotesis yang saling berpasangan yaitu tiga hipotesis nihil ( $H_0$ ) dan tiga hipotesis alternatif ( $H_a$ ). Namun sebelum dilakukan analisis dan pengujian dari ketiga pasang hipotesis tersebut, harus dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu, dengan tujuan untuk mengetahui layak atau tidaknya data yang telah diperoleh dalam penelitian ini digunakan sebagai landasan perumusan hipotesis. Dalam penelitian ini uji prasarat terdiri dari dua, yaitu uji normalitas dan uji linieritas.

## 1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu uji prasarat untuk mengetahui apakah distribusi data yang diperoleh dalam penelitian menyimpang atau tidak dari distribusi normal. Dalam penelitian ini pengujian normalitas dilakukan dengan uji normalitas *kolmogorov-smirnov*. Kriteria pengambilan keputusannya adalah jika diperoleh signifikan hitung lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal, sebaliknya jika diperoleh signifikan hitung yang lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi tidak normal. Berikut ini adalah hasil pengujian normalitas data hasil dari tes kelincahan dengan (*Dogging Run Test*), tes *juggling*, dan tes menggiring bola (*Soccer Dribble Test*) pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman.

**Tabel 4. Hasil Uji Normalitas**

No	Variabel	Kolmogorv - Smirnov Test	Sig 5%	Keterangan
1	Kelincahan	0,127	0,05	Normal
2	Keterampilan <i>Juggling</i>	0,200	0,05	Normal
3	Kemampuan Menggiring Bola	0,200	0,05	Normal

Berdasarkan hasil pengujian normalitas pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa masing-masing variabel memiliki nilai signifikansi *kolmogorv-smirnov test*: variabel kelincahan 0,127, variabel keterampilan *juggling* 0,200, dan variabel kemampuan menggiring bola 0,200 yang kesemuanya lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data

penelitian dari variabel kelincahan, keterampilan *juggling*, dan kemampuan menggiring bola, semuanya berdistribusi normal.

## 2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan dengan maksud untuk mengetahui adakah hubungan yang linier atau tidak antara data variabel bebas dengan variabel terikat. Jika signifikansi hitung *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terjadi hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sebaliknya jika diperoleh signifikansi hitung *deviation from linearity* yang lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat. Berikut adalah pemaparan hasil perhitungan uji linieritas antara variabel kelincahan dan variabel keterampilan *juggling*, terhadap variabel kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman.

**Tabel 5. Hasil Uji Linieritas**

No	Variabel	<i>Deviation From Linearity</i>	Sig 5%	Keterangan
1	Kelincahan terhadap Kemampuan Menggiring Bola	0,618	0,05	Linier
2	Keterampilan <i>Juggling</i> terhadap Kemampuan Menggiring Bola	0,363	0,05	Linier

Berdasarkan tabel diatas maka, dapat diketahui bahwa masing-masing variabel bebas memiliki nilai signifikansi *deviation from linearity*: kelincahan 0,618, keterampilan *juggling* 0,363, yang kesemuanya lebih besar dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kelincahan, dan keterampilan *juggling*,



memiliki hubungan yang linier dengan kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman.

### C. Analisis Data dan Uji Hipotesis

#### 1. Pengujian Hipotesis 1

##### a. Teknik Korelasi *Product moment* (a)

Teknik analisis korelasi *product moment* digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pengambilan keputusan berdasarkan signifikansi hitung, yaitu: jika signifikansi hitung lebih besar dari 0,05, maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, sebaliknya jika signifikansi hitung kurang dari 0,05, maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Berikut adalah perumusan hipotesis pertama dalam penelitian ini:

$H_{01}$ : Tidak ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.

$H_{a1}$ : Ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.

Berikut ini adalah hasil pengujian hipotesis di atas dengan uji korelasi *product moment*

**Tabel 6. Tabel Hasil Uji Korelasi *Product moment* (a) Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola**

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikasi Hitung	Signifikasi hitung 5%	Keterangan
Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola	0,845	0,00	0,05	Signifikan

Berdasarkan hasil dari hasil uji korelasi *product moment* variabel kelincahan dengan variabel kemampuan menggiring bola yang tertera pada tabel di atas, terlihat bahwa nilai signifikansi hitung uji korelasi *product moment* adalah  $0,000 < 0,05$ . Hal tersebut membuat  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman.

b. Teknik Korelasi Parsial (a)

Korelasi parsial adalah sebuah metode korelasi untuk mengetahui arah dan kuatnya hubungan antara dua variabel. Tanda (+) untuk korelasi yang searah dan (–) untuk korelasi yang berlawanan arah. Berikut ini adalah hasil dari uji korelasi parsial

**Tabel 7. Tabel Hasil Uji Korelasi Parsial (a) Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola**

Variabel	Nilai Korelasi	Keterangan
Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola	0,736	Searah

Dalam uji korelasi di atas terlihat bahwa arah hubungan antara variabel kelincahan dengan variabel kemampuan menggiring bola adalah (+) positif, yaitu sebesar  $+0,736$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa antara data variabel kelincahan dengan variabel kemampuan menggiring bola memiliki nilai yang searah, yaitu bila seorang siswa memiliki kelincahan yang baik maka akan semakin maka kemampuan menggiring bolanya juga akan baik.

## 2. Pengujian Hipotesis 2

### a. Teknik Korelasi *Product moment* (b)

Pengujian hipotesis kedua dalam penelitian ini juga menggunakan teknik korelasi *product moment*. Adapun hipotesis kedua yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ho<sub>2</sub>: Tidak ada hubungan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola.

Ha<sub>2</sub>: Ada hubungan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola.

Berikut ini adalah hasil pengujian korelasi *product moment* pada perumusan hipotesis di atas

**Tabel 8. Tabel Hasil Uji Korelasi *Product Moment* (b) Keterampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola**

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikasi Hitung	Signifikasi Hitung 5%	Keterangan
Keterampilan <i>Juggling</i> dengan Kemampuan Menggiring Bola	0,645	0,002	0,05	Signifikan

Berdasarkan hasil dari korelasi *product moment* terhadap variabel keterampilan *juggling* dengan variabel kemampuan menggiring bola di atas, terlihat bahwa nilai signifikasi hitung dari korelasi *product moment* adalah  $0,002 < 0,05$ . Maka Ho ditolak dan Ha diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola, pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman

b. Teknik Korelasi Parsial (b)

Untuk mengetahui arah korelasi antara variabel keterampilan *juggling* dengan variabel kemampuan menggiring bola, maka kedua data yang diperoleh harus diuji terlebih dahulu dengan analisis korelasi parsial, jika nilai korelasi parsial (+) maka korelasi kedua variabel searah dan jika nilai korelasi parsial (–) maka korelasi kedua variabel berlawanan arah. Berikut ini adalah hasil dari uji korelasi parsial

**Tabel 9. Tabel Hasil Uji Korelasi Parsial (b) Keterampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola**

Variabel	Nilai Korelasi	Keterangan
Keterampilan <i>Juggling</i> dengan Kemampuan Menggiring Bola	0,257	Searah

Dalam uji korelasi di atas terlihat bahwa arah hubungan antara variabel keterampilan *juggling* dengan variabel kemampuan menggiring bola adalah (+) positif yaitu dengan diperolehnya nilai korelasi dalam uji korelasi parsial sebesar +0,257. Sehingga dapat disimpulkan bahwa antara data variabel keterampilan *juggling* dengan variabel kemampuan menggiring bola memiliki nilai yang searah, yaitu semakin baik keterampilan *juggling* nya kemampuan menggiring bolanya juga semakin baik.

### 3. Pengujian Hipotesis 3

Analisis regresi berganda bertujuan untuk menguji hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, dimana variabel bebasnya berjumlah lebih dari satu. Pengambilan keputusan pada uji regresi berganda ini adalah,

jika nilai signifikansi hitung pada uji regresi berganda kurang dari 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sebaliknya jika diperoleh nilai signifikansi hitung pada uji regresi berganda lebih dari 0,05 maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, Berikut adalah rumusan hipotesis ketiga dalam penelitian ini:

$H_{03}$ : Tidak ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola.

$H_{a3}$ : Ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola.

Berikut adalah hasil pengujian hipotesis di atas dengan uji regresi berganda, yaitu untuk mencari hubungan antara variabel kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan variabel kemampuan menggiring bola.

**Tabel 10. Hasil Uji Regresi Berganda Tabel ANOVA Kelincahan dan Keterampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola**

Variabel	F	Sig, Hitung	Sig, 5%	Keterangan
a. Predictors: (Constant), Kelincahan, Keterampilan <i>Juggling</i> b. Dependent Variable: Kemampuan Menggiring Bola	23.248	0,000 <sup>a</sup>	0,05	Positif dan Signifikan

Dari hasil penghitungan uji F dengan taraf signifikansi 5% (0,05) yang dipaparkan pada tabel di atas, diperoleh hasil F hitung yaitu 23.248 dengan signifikansi 0,000. Dikarenakan dalam penelitian ini diperoleh taraf signifikansi  $0,000 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan

*juggling* dengan kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman.

Dalam rangka memperkuat penarikan kesimpulan uji hipotesis ketiga ini, maka perlu dilakukan analisa terhadap hasil nilai B yang dihasilkan dalam uji regresi berganda, yang tepatnya nilai B pada tabel *coefficientsa* yang kemudian dimasukkan kedalam rumus persamaan regresi (Sutrisno Hadi, 1994: 2).

**Tabel 11. Hasil Uji Regresi Berganda Tabel Coefficientsa Kelincahan dan Keterampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola**

Variabel	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
Constanta	4,516	7,043		0,641	0,530
Kelincahan	0,731	0,163	0,731	4,481	0,000
Keterampilan <i>Juggling</i>	0,473	0,163	0,473	2,902	0,028

Apabila nilai B masing-masing variabel di atas dimasukkan ke dalam rumus persamaan regresi (Sutrisno Hadi, 1994: 2) maka akan tampak sebagai berikut:

$$Y = 0,731 X_1 + 0,473 X_2 + 23,248$$

Berdasarkan persamaan di atas maka dapat diketahui sumbangan efektif dan sumbangan relatif dari variabel kelincahan dan keterampilan *juggling* terhadap kemampuan menggiring bola. Berikut adalah pemaparan hasil sumbangan efektif dan sumbangan relatif dari variabel kelincahan dan keterampilan *juggling* terhadap kemampuan menggiring bola bola pada

siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman, yang langkah-langkah penghitungannya telah dipaparkan pada halaman lampiran.

**Tabel 12. Sumbangan Kelincahan dan Keterampilan *Juggling* Terhadap Kemampuan Menggiring Bola**

No	Variabel	Relatif%	Efektif%
1	Kelincahan	66,65%	48,79%
2	Keterampilan <i>Juggling</i>	33,35	24,41%
Jumlah		100%	73,2%

Dalam perhitungan di atas terlihat sumbangan efektif masing-masing variabel yaitu variabel kelincahan 48,79% dan variabel keterampilan *juggling* 24,41% terhadap kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman. Sehingga bila kedua sumbangan efektif dari variabel tersebut dijumlahkan menjadi 73,2% dan sisanya 26,8% dari kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

#### **D. Pembahasan**

Sepakbola merupakan cabang olahraga permainan beregu yang dilakukan oleh 2 tim, dengan 11 permainan dari masing-masing tim. Dalam permainan ini, setiap pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badan kecuali tangan. Ketika seseorang ingin dapat bermain sepakbola dengan baik,

diperlukan berbagai macam unsur yang harus dimiliki, diantaranya adalah kondisi fisik dan penguasaan teknik dasar bermain sepakbola.

Dalam upaya pencapaian prestasi yang maksimal pada cabang olahraga sepakbola, sangat dibutuhkan suatu kondisi fisik pemain yang baik. Menurut M. Sajoto (1988: 58-59), ada 10 macam peningkatan kondisi fisik, yaitu: Daya tahan (*Endurance*), Kecepatan (*Speed*), Kelincahan (*Agility*), Kelenturan (*Flesibility*), Reaksi (*Reaction*), Daya Ledak (*Muscular Power*), Koordinasi (*Coordination*), Ketepatan (*Accuracy*), Keseimbangan (*Balance*), Kekuatan (*Strength*).

Kelincahan merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang wajib dimiliki seseorang ketika ingin bermain sepakbola dengan baik. Kelincahan adalah kemampuan untuk merubah arah dan posisi tubuh secara cepat dan efektif tanpa ada gangguan keseimbangan. Faktor-faktor yang mempengaruhi kelincahan antara lain yaitu: kecepatan, keseimbangan, kekuatan. Dengan kelincahan yang baik, maka seseorang akan lebih mudah menguasai teknik dasar dalam sepakbola, karena sebagian besar teknik dasar dalam sepakbola dapat dilakukan dengan baik jika pelakunya memiliki tingkat kelincahan yang baik.

Menurut Komarudin (2005:38-59) teknik bermain sepakbola secara garis besar dibagi menjadi dua, yaitu: teknik tanpa bola yang terdiri dari cara berlari, cara melompat, serta gerak tipu badan, dan teknik dengan bola yang terdiri dari mengontrol bola (*ball control*), menendang bola (*passing*), merebut bola



(*sliding tackle-shielding*), menyundul bola (*heading*), melakukan lemparan ke dalam (*throw-in*), dan penjagaan gawang (*goal keeping*).

Mengontrol bola (*ball control*) merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang wajib dikuasai oleh pemain sepakbola, salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan mengontrol bola adalah dengan melakukan *juggling*. *Juggling* merupakan suatu bentuk aktivitas atau latihan dalam cabang olahraga sepakbola dengan cara menendang bola secara terus-menerus agar tetap di udara yang dapat dilakukan dengan menggunakan kaki, paha atau juga dengan kepala.

*Dribbling* merupakan salah satu jenis teknik dasar mengontrol bola (*ball control*). *Dribbling* adalah salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang bertujuan untuk melewati lawan, mendekati daerah pertahanan lawan, membebaskan diri dari kawalan lawan, dan dalam rangka untuk mencetak gol. untuk menjadi penggiring bola yang baik diperlukan antara lain *control dribble*, pewaktuan dan kecepatan yang baik dari pemain sepakbola.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman. Berikut adalah pembahasan mengenai hasil penelitian tentang hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping.

Ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping. Hal itu

dibuktikan dengan diperolehnya nilai signifikansi hitung korelasi *product moment* antara variabel kelincahan dengan variabel kemampuan menggiring bola, sebesar  $0,000 < 0,05$ . Arah hubungan antara variabel kelincahan dengan variabel kemampuan menggiring bola adalah searah, yaitu semakin tinggi kelincahannya maka akan semakin tinggi pula kemampuan menggiring bolanya, hal tersebut dibuktikan dengan diperolehnya hasil penghitungan korelasi parsial dengan nilai sebesar  $+0,736$ .

Ada hubungan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping. Hal itu dibuktikan dengan diperolehnya nilai signifikansi hitung korelasi *product moment* antara variabel keterampilan *juggling* dengan variabel kemampuan menggiring bola, sebesar  $0,002 < 0,05$ . Arah hubungan antara variabel keterampilan *juggling* dengan variabel kemampuan menggiring bola adalah searah, atau dengan kata lain semakin tinggi kelincahannya maka akan semakin tinggi pula kemampuan menggiring bolanya, pernyataan tersebut dibuktikan dengan diperolehnya hasil penghitungan korelasi parsial dengan nilai sebesar  $+0,257$ .

Berdasarkan hasil penghitungan regresi berganda pada variabel kelincahan, dan keterampilan *juggling* dengan variabel kemampuan menggiring bola, diperoleh hasil F hitung sebesar 23.248 dengan signifikansi hitung  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola, pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping,

Sleman. Berdasarkan hasil penghitungan regresi berganda diketahui pula bahwa sumbangan efektif dari variabel kelincahan dan variabel keterampilan *juggling* terhadap variabel kemampuan menggiring bola adalah sebesar 73,2% yang bila diperinci, variabel kelincahan menyumbang sebesar 48,79% dan variabel keterampilan *juggling* menyumbang sebesar 24,41%, sedangkan sisanya sebesar 26,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

Sedangkan dengan latihan sepakbola yang rutin dan tekun kemampuannya dalam sepakbola akan meningkat, khususnya dalam menggiring bola akan lebih baik.

Dengan demikian, terdapat berbagai keterampilan dan kemampuan fisik yang memberikan sumbangan yang efektif terhadap keterampilan menggiring bola. Penelitian membuktikan bahwa kelincahan dan keterampilan *juggling* memiliki sumbangan efektif terhadap kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler SMA Islam I Gamping Sleman sebesar 73,2 %. Apabila siswa memiliki kelincahan dan keterampilan *juggling* yang baik maka kemampuan menggiring bolanya juga akan baik.

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji prasarat dan uji hipotesis penelitian terhadap data yang diperoleh dari berbagai tes, yaitu tes kelincahan, tes keterampilan *juggling* dan tes kemampuan menggiring bola, maka hasil penelitian ini dapat kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola, pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji korelasi *product moment* yang menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari signifikansi 5% ( $0,000 < 0,05$ ), dan hasil uji korelasi parsial yang memiliki nilai +0,736, sehingga semakin tinggi kelincahannya maka akan semakin tinggi pula kemampuan menggiring bolannya.
2. Ada hubungan antara keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola, pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Islam I Gamping, Sleman. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan uji korelasi *product moment* yang menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,002 yang lebih kecil dari signifikansi 5% ( $0,002 < 0,05$ ), dan hasil uji korelasi parsial yang memiliki nilai +0,257, sehingga semakin tinggi keterampilan *juggling* nya maka akan semakin tinggi pula kemampuan menggiring bolannya.
3. Ada hubungan antara kelincahan dan keterampilan *juggling* dengan kemampuan menggiring bola, pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola

SMA Islam I Gamping, Sleman. Pernyataan tersebut dibuktikan berdasarkan hasil perhitungan regresi berganda yang menghasilkan sinifikansi 0,000 yang lebih kecil dari signifikasi 5% ( $0,000 < 0,05$ ). Berdasarkan hasil penghitungan regresi berganda diketahui pula bahwa sumbangan efektif dari variabel kelincahan dan variabel keterampilan *juggling* terhadap kemampuan menggiring bola adalah 73,2% dan sisanya 26,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

## **B. Implikasi**

Penelitian ini dapat berimplikasi kepada berbagai pihak, baik siswa, guru ekstrakurikuler sepakbola, guru pendidikan jasmani, pengambil kebijakan sekolah, maupun masyarakat sekitar dan pemerintah yang dalam hal ini adalah dinas pendidikan. Dengan hasil penelitian ini siswa anggota ekstrakurikuler sepakbola dan guru ekstrakurikuler sepakbola akan berkolaborasi menambah porsi latihan, khususnya latihan yang berhubungan langsung dengan peningkatan kelincahan dan keterampilan *juggling*, sehingga kemampuan menggiring bola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola dapat terus meningkat. Selanjutnya untuk menunjang program latihan yang akan dijalani, maka guru pendidikan jasmani dan pengambil kebijakan sekolah akan berkolaborasi untuk menyusun kurikulum dan anggaran belanja sekolah dalam upaya penyediaan alat-alat dan pengaturan waktu latihan untuk menunjang latihan peningkatan kelincahan dan keterampilan *juggling*, yang dananya dapat diperoleh dari masyarakat sekitar dan pemerintah yang dalam hal ini adalah dinas pendidikan.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin, namun tetap disadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian ini masih terdapat berbagai kendala dan keterbatasan, diantaranya adalah faktor keterbatasan waktu, penelitian tentang Hubungan Kelincahan dan Keterampilan *Juggling* dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler SMA Islam I Gamping Sleman ini dilakukan pada sore hari, dan waktu yang dibutuhkan dalam pengambilan data cukup banyak, sehingga pengambilan data tidak cukup dilaksanakan dalam satu hari saja.

### **D. Saran-Saran**

1. Saran yang pertama adalah bagi siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam I Gamping Sleman, agar lebih sungguh-sungguh dalam berlatih sehingga kemampuan dalam bermain sepakbola dapat semakin meningkat.
2. Saran yang kedua adalah bagi guru ekstrakurikuler sepakbola di SMA Islam I Gamping Sleman, agar selalu belajar dan mengembangkan pengetahuan yang dimiliki terutama pengetahuan yang berkaitan dengan sepakbola.
3. Saran yang terakhir adalah bagi para peneliti selanjutnya untuk dapat mengembangkan dan menyempurnakan berbagai variabel dan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Danny Mielke. (2007). *Dasar-dasar Sepakbola*. Bandung: PT Intan Sejati
- Duwi Priyatno. (2009). *SPSS untuk Analisis Korelasi, Regresi, dan Multivariate*. Yogyakarta: Gava Media.
- FIFA. (2008). *Laws of The Game*. Jakarta: PSSI.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek – Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud
- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepakbola*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hurlock, Elizabeth. B. (1982). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar. (2009). *Pengantar Statistika*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Joseph A. Luxbacher. (1996). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Kementrian Pendidikan Nasional. (2010). *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*. Jakarta: Kementrian Pendidikan Nasional.
- Komarudin. (2000). *Dasar Gerak Sepakbola*. Yogyakarta: FIK UNY
- Margono. (2001). *Sejarah Olahraga, (sebuat diktat)*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Mochamad Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SMA Kelas X*. Jakarta: Erlangga.
- PSSI. (2008). *Peraturan Umum Pertandingan PSSI*. Jakarta: PSSI.
- Robert Koger. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi

- Sardjono. (1977). *Conditioning*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Sardjono. (1982). *Pedoman Mengajar Permainan Sepak Bola*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Slameto. (2001). *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sri Agustina Palupi. (2004). *Politik dan Sepakbola di Jawa*. Yogyakarta: Ombak.
- Sri Rumini dkk. (1995). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UPP UNY.
- Subagyo Irianto. (1995). *Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepakbola bagi Siswa Sekolah Sepakbola Puspor IKIP Yogyakarta*. Yogyakarta: FPOK IKIP.
- Sucipto, dkk. (2000). *Sepak Bola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2012). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (1992). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno H.P. (1983). *Statistik Untuk Penelitian*. Yogyakarta: Yayasan STO
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi. (2005). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sukatamsi. (1984). *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Surakarta: Tiga Serangkai.
- Suryosubroto.(2002). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sutrisno Hadi. (1994). *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sutrisno Hadi. (1979). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- UNY. (2011). *Pedoman Penulisan Tugas Akhir*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- UNY. (2008). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.



V. Wiratna Sujarweni. (2007). *Belajar Mudah SPSS untuk Penelitian Skripsi, Tesis, Desertasi, dan Umum*. Yogyakarta: Ardana Media.

Yuda M. Saputra. (1999). *Pengembangan Kegiatan Ko dan Ekstrakurikuler*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 1374 /UN.34.16/PP/2012  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

3 Juli 2012

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta  
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan  
Setda. Provinsi DIY

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Nurriya Ardian Tanjung  
NIM : 08601241102  
Program Studi : POR/PJKR

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Juni s/d Agustus 2012  
Tempat/Obyek : SMA Islam 1 Gamping, Sleman / siswa  
Judul Skripsi : Hubungan Kelincahan Dan Keterampilan *Juggling* Dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Islam 1 Gamping, Sleman.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMA 1 Islam
2. Kajar POR
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.



Agus Sudarko, M.S.  
08601241100



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511  
Telepon (0274) 868800, Faksimile (0274) 868800  
Website : bappeda.slemankab.go.id , E-mail : bappeda@slemankab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Bappeda / 2172 / 2012

TENTANG  
IZIN PENELITIAN

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Keputusan Bupati Sleman Nomor : 55/Kep.KDH/A/2003 tentang Izin Kuliah Kerja Nyata, Praktek Kerja Lapangan, dan Penelitian.  
Menunjuk : Surat dari Sekretariat Daerah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor: 070/6396/V/7/2012 Tanggal: 4 Juli 2012 Hal: Ijin Penelitian

MENGIZINKAN :

Kepada :  
Nama : NURRIVA ARDIAN TANJUNG  
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 08601241102  
Program/Tingkat : S1  
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Karangmalang Yogyakarta  
Alamat Rumah : Jl. Sadewo 15 Wirobrajan Yogyakarta  
No. Telp / HP : 08562564365  
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul:  
"HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KETERAMPILAN JUGGLING DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA SISWA PESERTA EKSTRAKULIKULER SEPAKBOLA SMA ISLAM GAMPING SLEMAN"  
Lokasi : SMA Islam 1 Gamping  
Waktu : Selama 3 bulan mulai tanggal: 4 Juli 2012 s/d 4 Oktober 2012

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib melapor diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 4 Juli 2012

a.n. Kepala Badan Perencanaan  
Pembangunan Daerah

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kab Sleman.
3. Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Kab. Sleman
4. Kepala Bidang Sosbud Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kab. Sleman
5. Camat Gamping
6. Kepala SMA Islam 1 Gamping
7. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta



Dra. SUCHIRIANI SINURAYA, M.Si, M.M  
Pembina IV/a  
NIP. 19630112 198903 2 003





**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**  
**SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)  
YOGYAKARTA 55213

**SURAT KETERANGAN / IJIN**

070/6396/V/7/2012

Membaca Surat : DEKAN FIK UNY

Nomor : 1374/UN34.16/PP/2012

Tanggal : 03 Juli 2012

Perihal : Ijin Penelitian

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
  2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
  3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
  4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : NURRIVA ARDIAN TANJUNG NIP/NIM : 08601241102  
Alamat : KARANGMALANG YK  
Judul : HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KETERAMPILAN JUGGLING DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA SISWA PESERTA EKSTRAKULIKULER SEPAKBOLA SMA ISLAM GAMPING SLEMAN  
Lokasi : SMA Islam 1 Gamping Kota/Kab. SLEMAN  
Waktu : 04 Juli 2012 s/d 04 Oktober 2012

**Dengan Ketentuan**

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan \*) dari Pemerintah Provinsi DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda Provinsi DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website [adbang.jogjaprov.go.id](http://adbang.jogjaprov.go.id) dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website [adbang.jogjaprov.go.id](http://adbang.jogjaprov.go.id);
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta

Pada tanggal 04 Juli 2012

A.n Sekretaris Daerah

Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.

Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Ir. Joko Wuryantoro, M.Si

NIP. 19580108 198603 1 011

**Tembusan :**

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Bupati Sleman, cq Bappeda
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Prov. DIY
4. DEKAN FIK UNY
5. Yang Bersangkutan



YAYASAN PEMBANGUNAN ISLAM YOGYAKARTA  
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)  
**SMA ISLAM - 1 GAMPING**

TERAKREDITASI B

SKEP BAP S/M NOMOR : 19.01/BAP/TU/XII/2007

ALAMAT : JALAN WATES KM. 4 ☎ (0274) 617391, PELEMGURIH, YOGYAKARTA 55293

SURAT KETERANGAN

Nomer : 108/0

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Islam 1 Gamping :

Nama : Drs. MARDI IRIYANTA

NIP : =

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa

Nama : NURRIVA ARDIAN TANJUNG

NIM : 08601241162

Program Studi : POR/PJKR UNY

Telah melakukan Penelitian di SMA Islam 1 Gamping , Tanggal 23 Juni 2012, 30 Juni 2012, 7 Juli 2012 pada siswa peserta ekstra kurikuler Sepakbola.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya, untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 15 Agustus 2012

Kepala SMA Islam 1 Gamping



# KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : MURRIVA ARDIAN TANGUNG  
 NIM : 08601241102  
 Program Studi : PGKR  
 Jurusan : FIK  
 Pembimbing : AGUS SUSWORO DWI MAHENDRO, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda Tang
1.	9/4 2012	- Variabel bebas disesuaikan dgn variabel yg terikat, terutama pada pertanggungjawabannya scr ilmiah	
2.	26/4 2012	- Perbanyak Kajian Pustaka. - Perbaiki BAB III	
3.	8/5 2012	- Ikuti Panduan Penulisan T.A.S. (Kutipan lain tidak banyak halaman). - Susunlah utk ambil data.	
4.	21/5 2012	- Perbaiki BAB II ttg Kajian Pustaka 1. Hubungan antar variabel 2. Contoh soal tsb. - Pelajari lagi ttg statistika.	
5.	7/6 2012	- Perbaiki BAB III - Silakan ambil data (percobaan). - Pelus ada "Pustaka/Teori" pada hub antar variabel (BAB II) - Dicari lagi.	
6.	3/9 2012	- Format BAB IV disesuaikan dgn yg sudah ada (terutama pada uji statistik). - Pastikan variabelnya, bacaan dgn ts/alat ukur.	
7.	24/9 2012	- Lembari Baepan Depan. - Lampiran diberi keterangan. sesuaikan dgn daftar lampiran.	
8.	2/10 2012	- Silakan mengerjakan uji an, stlh dibetulkan.	

Ketua Jurusan POR,

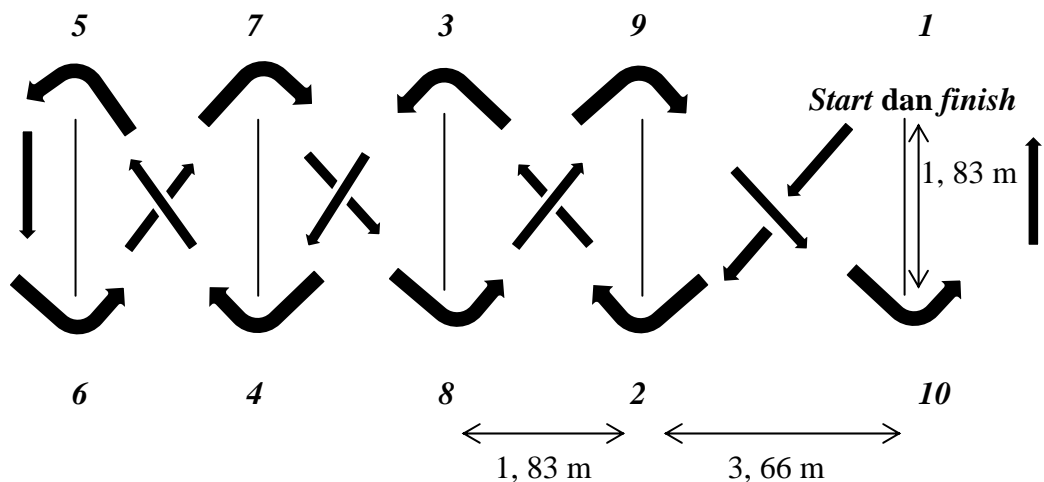
Drs. Amat Komari, M.Si.  
 NIP. 19620422 199001 1 001

## Lampiran 6. Petunjuk Pelaksanaan Tes

### a. Tes kelincahan *dogging run test* Ismaryati (2006:43)

- Tujuan: Mengukur kemampuan merubah arah berlari..
- Perlengkapan: Stopwatch, pita atau isolasi berwarna ,Cat atau kapur, Cone
- Lapangan: Garis start sepanjang 1,83 meter ,rintangan pertama di depan garis start sejauh 3,66 meter , rintangan kedua di depan rintangan pertama sejauh 1,83 meter, rintangan ketiga dan keempat masing-masing sejauh 1,83 meter.
- Pelaksanaan: Testi berdiri sedekat mungkin dibelakang garis start, kemudian berlari secepat-cepatnya menurut arah yang ditentukan
- Penilaian: Catat waktu yang ditempuh mulai dari start sampai dengan finish. Tes dilakukan 2 kali pelaksanaan dan diambil waktu yang terbaik

Berikut adalah lintasan tes kelincahan (*Dogging Run Test*):





### Gambar 1. Lintasan *Dogging Run Test*

Sumber: Ismaryati (2006: 44)

Keterangan:

Urutan angka	=	urutan arah gerak
Arah <i>start</i> dan <i>finish</i>	=	→
Jarak/garis <i>start</i>	=	↔

b. Menimang-nimang bola (*juggling*) dari Subagyo Irianto

- Tujuan : Untuk mengetahui penguasaan *juggling* bola menggunakan test dari Subagyo Irianto, dengan validitas tes 0,659 reliabilitas tesnya 0,953.
- Perlengkapan : Stopwatch, bola
- Pelaksanaan : Setiap testi diminta mempertahankan bola di udara selama tiga puluh detik.
- Penilaian : Nilai diberikan berdasarkan berapa kali seorang pemain dapat memantul-mantulkan bola di udara selama tiga puluh detik, dan melakukan dua kali percobaan. Setiap testi hanya boleh menggunakan kakinya untuk melakukan tes ini.

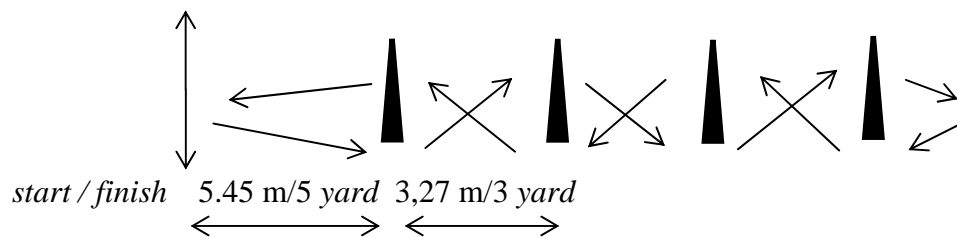
c. Tes menggiring bola (*dribbling*) dengan *soccer dribble test* Ismaryati (2006:56)

- Tujuan: Untuk mengukur keterampilan menggiring bola.
- Alat: Bola, stopwatch, cones, peluit, blangko atau alat tulis



- Pelaksanaan: Menggiring bola sesuai dengan arah atau lintasan yang ditentukan, sampai kembali dan melewati garis *finish*. Setiap rintangan harus dilalui dengan menggiring bola. Pada saat melewati garis *finish*, bola harus tetap digiring. Garis *start* juga merupakan garis *finish*
- Penilaian: Kecepatan menggiring dihitung melampaui garis *finish*. Kecepatan menggiring dihitung sampai sepersepuluh detik. Tes dilakukan 2 kali pelaksanaan dan diambil waktu terbaik


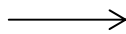
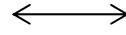
Berikut adalah lintasan tes menggiring bola (*Soccer Dribble Test*).



**Gambar 2. Lintasan Soccer Dribble Test**

Sumber: Ismaryati (2006: 56)

Keterangan:

*cone* =   
 Arah *start* dan *finish* =   
 Jarak/garis *start* = 

**Lampiran 7. Presensi siswa tes kelincahan**

No	Nama	Kelas	Keterangan
1	Yoga Andriansyah	X B	√
2	Rayzan Ramadhan	X B	√
3	Asep Dwi Angga Saputra	X A	√
4	Handra Setiawan	X C	√
5	Aziz Ashari	X A	√
6	Novi Iskandar	XII IPS 1	√
7	Ghardika	XII IPS 1	√
8	Muh. Yudi Wibowo	XII IPS 1	√
9	Heri Susanto	XII IPS 2	√
10	Muh. Eko	XII IPS 2	√
11	Budiman	XII IPA	√
12	Yuan Afrian	XII IPS 2	√
13	Bayu Pamungkas	XII IPS 2	√
14	Aryo Yuwono	XII IPS 2	√
15	Danu Setiyawan	XI IPS 1	√
16	Handika Kurniawan	XI IPS 2	√
17	Dicky Aminudin	XI IPA	√
18	Wildan Aziz	XI IPS 2	√
19	Bayu Ardiyanto	XI IPA	√
20	Arif Rahmad	XI IPS 1	√

**Lampiran 8. Presensi Siswa Tes *Juggling***

No	Nama	Kelas	Keterangan
1	Yoga Andriansyah	X B	√
2	Rayzan Ramadhan	X B	√
3	Asep Dwi Angga Saputra	X A	√
4	Handra Setiawan	X C	√
5	Aziz Ashari	X A	√
6	Novi Iskandar	XII IPS 1	√
7	Ghardika	XII IPS 1	√
8	Muh. Yudi Wibowo	XII IPS 1	√
9	Heri Susanto	XII IPS 2	√
10	Muh. Eko	XII IPS 2	√
11	Budiman	XII IPA	√
12	Yuan Afrian	XII IPS 2	√
13	Bayu Pamungkas	XII IPS 2	√
14	Aryo Yuwono	XII IPS 2	√
15	Danu Setiyawan	XI IPS 1	√
16	Handika Kurniawan	XI IPS 2	√
17	Dicky Aminudin	XI IPA	√
18	Wildan Aziz	XI IPS 2	√
19	Bayu Ardiyanto	XI IPA	√
20	Arif Rahmad	XI IPS 1	√

**Lampiran 9. Presensi Siswa Tes Menggiring Bola**

No	Nama	Kelas	Keterangan
1	Yoga Andriansyah	X B	√
2	Rayzan Ramadhan	X B	√
3	Asep Dwi Angga Saputra	X A	√
4	Handra Setiawan	X C	√
5	Aziz Ashari	X A	√
6	Novi Iskandar	XII IPS 1	√
7	Ghardika	XII IPS 1	√
8	Muh. Yudi Wibowo	XII IPS 1	√
9	Heri Susanto	XII IPS 2	√
10	Muh. Eko	XII IPS 2	√
11	Budiman	XII IPA	√
12	Yuan Afrian	XII IPS 2	√
13	Bayu Pamungkas	XII IPS 2	√
14	Aryo Yuwono	XII IPS 2	√
15	Danu Setiyawan	XI IPS 1	√
16	Handika Kurniawan	XI IPS 2	√
17	Dicky Aminudin	XI IPA	√
18	Wildan Aziz	XI IPS 2	√
19	Bayu Ardiyanto	XI IPA	√
20	Arif Rahmad	XI IPS 1	√

**Lampiran 10. Tes Kelincahan (*dodging run test*)**

NO	NAMA	KELAS	TES 1	TES 2	TES TERBAIK
1	Yoga Andriansyah	X B	16.45	15.91	15.91
2	Rayzan Ramadhan	X B	17.19	18.45	17.19
3	Asep Dwi Angga Saputra	X A	16.62	15.69	15.69
4	Handra Setiawan	X C	17.81	18.42	17.81
5	Aziz Ashari	X A	14.72	12.81	12.81
6	Novi Iskandar	XII IPS 1	15.19	15.55	15.19
7	Ghardika	XII IPS 1	15.53	15.68	15.68
8	Muh. Yudi Wibowo	XII IPS 1	12.53	16.45	12.53
9	Heri Susanto	XII IPS 2	18.13	13.47	13.47
10	Muh. Eko	XII IPS 2	13.45	14.60	13.45
11	Budiman	XII IPA	15.66	13.81	13.81
12	Yuan Afrian	XII IPS 2	19.28	18.13	18.13
13	Bayu Pamungkas	XII IPS 2	11.81	12.33	11.81
14	Aryo Yuwono	XII IPS 2	13.23	12.81	12.81
15	Danu Setiyawan	XI IPS 1	13.00	11.12	11.12
16	Handika Kurniawan	XI IPS 2	16.53	15.62	15.62
17	Dicky Aminudin	XI IPA	16.75	17.59	16.75
18	Wildan Aziz	XI IPS 2	17.28	16.09	16.09
19	Bayu Ardiyanto	XI IPA	16.56	15.59	15.59
20	Arif Rahmad	XI IPS 1	16.13	15.19	15.19

**Lampiran 11. Tes *Juggling***

NO	NAMA	KELAS	TES 1	TES 2	TES TERBAIK
1	Yoga Andriansyah	X B	25	30	30
2	Rayzan Ramadhan	X B	20	24	24
3	Asep Dwi Angga S.	X A	27	32	32
4	Handra Setiawan	X C	21	30	30
5	Aziz Ashari	X A	25	35	35
6	Novi Iskandar	XII IPS 1	18	23	23
7	Ghardika	XII IPS 1	25	30	30
8	Muh. Yudi Wibowo	XII IPS 1	22	20	22
9	Heri Susanto	XII IPS 2	38	40	40
10	Muh. Eko	XII IPS 2	40	31	40
11	Budiman	XII IPA	30	32	32
12	Yuan Afrian	XII IPS 2	20	15	20
13	Bayu Pamungkas	XII IPS 2	50	43	50
14	Aryo Yuwono	XII IPS 2	37	41	41
15	Danu Setiyawan	XI IPS 1	42	45	45
16	Handika Kurniawan	XI IPS 2	18	20	20
17	Dicky Aminudin	XI IPA	34	32	32
18	Wildan Aziz	XI IPS 2	20	22	22
19	Bayu Ardiyanto	XI IPA	23	40	40
20	Arif Rahmad	XI IPS 1	40	38	40

**Lampiran 12. Tes Menggiring Bola ( *Soccer Dribble Test* )**

NO	NAMA	KELAS	TES 1	TES 2	TES TERBAIK
1	Yoga Andriansyah	X B	13.21	12.91	12.91
2	Rayzan Ramadhan	X B	14.19	15.83	14.19
3	Asep Dwi Angga S.	X A	12.69	14.23	12.69
4	Handra Setiawan	X C	15.45	14.81	14.81
5	Aziz Ashari	X A	13.15	11.75	11.75
6	Novi Iskandar	XII IPS 1	15.71	13.09	13.09
7	Ghardika	XII IPS 1	13.88	14.21	13.88
8	Muh. Yudi Wibowo	XII IPS 1	12.75	13.88	12.75
9	Heri Susanto	XII IPS 2	14.00	12.72	12.72
10	Muh. Eko	XII IPS 2	13.83	13.07	13.07
11	Budiman	XII IPA	11.75	12.09	11.75
12	Yuan Afrian	XII IPS 2	15.43	14.37	14.37
13	Bayu Pamungkas	XII IPS 2	11.75	12.27	11.75
14	Aryo Yuwono	XII IPS 2	11.00	11.23	11.00
15	Danu Setiyawan	XI IPS 1	11.19	10.97	10.97
16	Handika Kurniawan	XI IPS 2	12.62	15.45	12.62
17	Dicky Aminudin	XI IPA	14.69	13.75	13.75
18	Wildan Aziz	XI IPS 2	13.91	13.09	13.09
19	Bayu Ardiyanto	XI IPA	14.11	12.59	12.59
20	Arif Rahmad	XI IPS 1	12.19	13.43	12.19

### Lampiran 13. Data Hasil Tes Terbaik

No	Nama	Kelas	Data Kasar		
			Kelincahan	<i>Juggling</i>	Menggiring Bola
1	Yoga Andriansyah	X B	15,91	30	12,91
2	Rayzan Ramadhan	X B	17,19	24	14,19
3	Asep Dwi Angga S.	X A	15,69	32	12,69
4	Handra Setiawan	X C	17,81	30	14,81
5	Aziz Ashari	X A	12,81	35	11,75
6	Novi Iskandar	XII IPS 1	15,19	23	13,09
7	Ghardika	XII IPS 1	15,68	30	13,88
8	Muh. Yudi Wibowo	XII IPS 1	12,53	22	12,75
9	Heri Susanto	XII IPS 2	13,47	40	12,72
10	Muh. Eko	XII IPS 2	13,45	40	13,07
11	Budiman	XII IPA	13,81	32	11,75
12	Yuan Afrian	XII IPS 2	18,13	20	14,37
13	Bayu Pamungkas	XII IPS 2	11,81	50	11,75
14	Aryo Yuwono	XII IPS 2	12,81	41	11,00
15	Danu Setiyawan	XI IPS 1	11,12	45	10,97
16	Handika Kurniawan	XI IPS 2	15,62	30	12,62
17	Dicky Aminudin	XI IPA	16,75	32	13,75
18	Wildan Aziz	XI IPS 2	16,09	22	13,09
19	Bayu Ardiyanto	XI IPA	15,59	40	12,59
20	Arif Rahmad	XI IPS 1	15,19	40	12,19
Jumlah			296,65	658,00	255,94
Mean			14,833	32,900	12,797
Angka Terbesar			18,13	50,00	14,81
Angka Terkecil			11,12	20,00	10,97
Median			15,39	32,00	12,74
Standar Deviasi			1,998	8,360	1,054



**Lampiran 14. Tabel T-skor**

No	Nama	Kelas	Data yang Telah Diubah dengan Rumus T-Score		
			Kelincahan	Juggling	Menggiring Bola
1	Yoga Andriansyah	X B	44,61	46,53	48,93
2	Rayzan Ramadhan	X B	38,20	39,35	36,78
3	Asep Dwi Angga S.	X A	45,71	48,92	51,02
4	Handra Setiawan	X C	35,10	46,53	30,90
5	Aziz Ashari	X A	60,13	52,51	59,93
6	Novi Iskandar	XII IPS 1	48,21	38,16	47,22
7	Ghardika	XII IPS 1	45,76	46,53	39,72
8	Muh. Yudi Wibowo	XII IPS 1	61,53	36,96	50,45
9	Heri Susanto	XII IPS 2	56,82	58,49	50,73
10	Muh. Eko	XII IPS 2	56,92	58,49	47,41
11	Budiman	XII IPA	55,12	48,92	59,93
12	Yuan Afrian	XII IPS 2	33,50	34,57	35,08
13	Bayu Pamungkas	XII IPS 2	65,13	70,45	59,93
14	Aryo Yuwono	XII IPS 2	60,13	59,69	67,05
15	Danu Setiyawan	XI IPS 1	68,58	64,47	67,33
16	Handika Kurniawan	XI IPS 2	46,06	46,53	51,68
17	Dicky Aminudin	XI IPA	40,41	48,92	40,96
18	Wildan Aziz	XI IPS 2	43,71	36,96	47,22
19	Bayu Ardiyanto	XI IPA	46,21	58,49	51,96
20	Arif Rahmad	XI IPS 1	48,21	58,49	55,76
Jumlah			1000,05	1000,00	1000,00
Mean			50,00	50,00	50,00
Angka Terbesar			68,58	70,45	67,33
Angka Terkecil			33,50	34,57	30,90
Median			47,21	48,92	50,59
Standar Deviasi			10,00	10,00	10,00

**Tabel 1. Kategori Lima Kelas Interval Data Hasil Tes Kelincahan**

No	Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
1	$65.00 < X$	Baik Sekali	2	10.00%
2	$55.00 < X \leq 65.00$	Baik	6	30.00%
3	$45.00 < X \leq 55.00$	Sedang	6	30.00%
4	$35.00 < X \leq 45.00$	Kurang	6	30.00%
5	$X \leq 35.00$	Kurang Sekali	0	0.00%
Jumlah			20	100%

**Tabel 2. Kategori Lima Kelas Interval Data Hasil Tes Keterampilan *Juggling***

No	Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
1	$65.00 < X$	Baik Sekali	1	5.00%
2	$55.00 < X \leq 65.00$	Baik	6	30.00%
3	$45.00 < X \leq 55.00$	Sedang	8	40.00%
4	$35.00 < X \leq 45.00$	Kurang	4	20.00%
5	$X \leq 35.00$	Kurang Sekali	1	5.00%
Jumlah			20	100%

**Tabel 3. Kategori Lima Kelas Interval Data Hasil Tes Kemampuan Menggiring Bola**

No	Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
1	$65.00 < X$	Baik Sekali	2	10.00%
2	$55.00 < X \leq 65.00$	Baik	4	20.00%
3	$45.00 < X \leq 55.00$	Sedang	9	45.00%
4	$35.00 < X \leq 45.00$	Kurang	4	20.00%
5	$X \leq 35.00$	Kurang Sekali	1	5.00%
Jumlah			20	100%



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH

## BALAI METROLOGI

Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

### SERTIFIKAT KALIBRASI CALIBRATION CERTIFICATE

Nomor : 4120 / MET / SW - 121 / XII / 2011

Number

No. Order : 001978

Diterima tgl : 19 Desember 2011

#### ALAT

Equipment

Nama : Stopwatch

Name

Kapasitas : 1 jam

Capacity

Tipe/Model

Type/Model

Nomor Seri

Serial number

Merek/Buatan : Casio

Trade Mark/Manufaktur

Lain-lain

Other

#### PEMILIK

Owner

Nama : Yunita Indri Astuti

Name

Alamat

Address

: Banjaran RT 004 RW 006 Magelang

#### METODE, STANDAR, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode

Method

Standar

Standard

Telusuran

Traceability

: ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument

: Casio HS-80TW.IDF

: Tertelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi  
Bandung

#### TANGGAL DIKALIBRASI

Date of Calibrated

: 20 Desember 2011

#### LOKASI KALIBRASI

Location of calibration

: Balai Metrologi Yogyakarta

#### KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI

Environment condition of calibration

: Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%

#### HASIL

Result

: Lihat sebaliknya

Yogyakarta, 20 Desember 2011

Pt Kepala Balai Metrologi



Masitho, SE

NIP. 19591210 198401 1 003

Halaman 1 dari 1 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

**LAMPIRAN 16. OLAH DATA DENGAN BANTUAN SPSS 16.0**

**1. UJI NORMALITAS**

**Case Processing Summary**

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Hasil Tes	Kelincahan	20	100.0%	0	.0%	20	100.0%
	Juggling	20	100.0%	0	.0%	20	100.0%
	Menggiring	20	100.0%	0	.0%	20	100.0%
	Bola						

**Tests of Normality**

		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Tes	Kelincahan	.171	20	.127	.958	20	.511
	Juggling	.152	20	.200*	.949	20	.346
	Menggiring	.141	20	.200*	.967	20	.689
	Bola						

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

## 2. UJI LINIERITAS

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Hasil Tes Menggiring Bola * Hasil Tes Kelincahan	20	100.0%	0	.0%	20	100.0%

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Hasil Tes	Between	(Combined)	1839.545	17	108.209	3.501	.245
Menggiring Bola	Groups	Linearity	1356.313	1	1356.313	43.884	.022
* Hasil Tes		Deviation from	483.232	16	30.202	.977	.618
Kelincahan		Linearity					
	Within Groups		61.813	2	30.907		
	Total		1901.358	19			

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Hasil Tes Menggiring Bola * Hasil Tes Kelincahan	.845	.713	.984	.967

### Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Hasil Tes Menggiring Bola * Hasil Tes Juggling	20	100.0%	0	.0%	20	100.0%

### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Hasil Tes Menggiring Bola * Hasil Tes Juggling	Between Groups	(Combined) Linearity	1412.788	10	141.279	2.603	.083
		Deviation from Linearity	791.026	1	791.026	14.572	.004
			621.762	9	69.085	1.273	.363
	Within Groups		488.570	9	54.286		
	Total		1901.358	19			

### Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Hasil Tes Menggiring Bola * Hasil Tes Juggling	.645	.416	.862	.743

### 3. UJI KORELASI PRODUCT MOMENT

**Correlations**

		Hasil Tes Kelincahan	Hasil Tes Menggiring Bola
Hasil Tes Kelincahan	Pearson Correlation	1	.845**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Hasil Tes Menggiring Bola	Pearson Correlation	.845**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	20	20

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Correlations**

		Hasil Tes Juggling	Hasil Tes Menggiring Bola
Hasil Tes Juggling	Pearson Correlation	1	.645**
	Sig. (2-tailed)		.002
	N	20	20
Hasil Tes Menggiring Bola	Pearson Correlation	.645**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	20	20

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### 4. UJI KORELASI PARSIAL

**Correlations**

Control Variables			Hasil Tes Kelincahan	Hasil Tes Menggiring Bola
Hasil Tes Juggling	Hasil Tes Kelincahan	Correlation	1.000	.736
		Significance (2-tailed)	.	.000
		df	0	17
	Hasil Tes Menggiring Bola	Correlation	.736	1.000
		Significance (2-tailed)	.000	.
		df	17	0

**Correlations**

Control Variables			Hasil Tes Juggling	Hasil Tes Menggiring Bola
Hasil Tes Kelincahan	Hasil Tes Juggling	Correlation	1.000	.257
		Significance (2-tailed)	.	.028
		df	0	17
	Hasil Tes Menggiring Bola	Correlation	.257	1.000
		Significance (2-tailed)	.028	.
		df	17	0



## 5. UJI REGRESI BERGANDA

**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Hasil Tes Menggiring Bola	49.9995	10.00357	20
Hasil Tes Kelincahan	50.0025	9.99917	20
Hasil Tes Juggling	49.9980	9.99879	20

**Correlations**

		Hasil Tes Menggiring Bola	Hasil Tes Kelincahan	Hasil Tes Juggling
Pearson Correlation	Hasil Tes Menggiring Bola	1.000	.845	.645
	Hasil Tes Kelincahan	.845	1.000	.638
	Hasil Tes Juggling	.645	.638	1.000
Sig. (1-tailed)	Hasil Tes Menggiring Bola	.	.000	.001
	Hasil Tes Kelincahan	.000	.	.001
	Hasil Tes Juggling	.001	.001	.
N	Hasil Tes Menggiring Bola	20	20	20
	Hasil Tes Kelincahan	20	20	20
	Hasil Tes Juggling	20	20	20

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Hasil Tes Juggling, Hasil Tes Kelincahan <sup>a</sup>		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Hasil Tes Menggiring Bola

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.856 <sup>a</sup>	.732	.701	5.47215

a. Predictors: (Constant), Hasil Tes Juggling, Hasil Tes Kelincahan

b. Dependent Variable: Hasil Tes Menggiring Bola

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1392.303	2	696.151	23.248	.000 <sup>a</sup>
	Residual	509.056	17	29.944		
	Total	1901.358	19			

a. Predictors: (Constant), Hasil Tes Juggling, Hasil Tes Kelincahan

b. Dependent Variable: Hasil Tes Menggiring Bola

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	4.516	7.043		.641	.530		
Hasil Tes Kelincahan	.731	.163	.731	4.481	.000	.593	1.688
Hasil Tes Juggling	.473	.163	.473	2.902	.028	.593	1.688

a. Dependent Variable: Hasil Tes Menggiring Bola

### Collinearity Diagnostics<sup>a</sup>

Model	Dimen sion	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	Hasil Tes Kelincahan	Hasil Tes Juggling
1	1	2.967	1.000	.00	.00	.00
	2	.020	12.115	1.00	.18	.18
	3	.013	14.969	.00	.82	.82

a. Dependent Variable: Hasil Tes Menggiring Bola

### Residuals Statistics<sup>a</sup>

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	35.1802	66.1644	49.9995	8.56032	20
Std. Predicted Value	-1.731	1.888	.000	1.000	20
Standard Error of Predicted Value	1.329	3.829	2.032	.617	20
Adjusted Predicted Value	35.2076	66.5173	50.3155	8.85425	20
Residual	-9.16352	7.91592	.00000	5.17614	20
Std. Residual	-1.675	1.447	.000	.946	20
Stud. Residual	-1.755	1.536	-.024	1.031	20
Deleted Residual	-	8.92687	-.31600	6.23720	20
Stud. Deleted Residual	-1.882	1.606	-.035	1.058	20
Mahal. Distance	.171	8.351	1.900	1.912	20
Cook's Distance	.000	.666	.076	.148	20
Centered Leverage Value	.009	.440	.100	.101	20

a. Dependent Variable: Hasil Tes Menggiring Bola

## 6. SUMBANGAN KORELATIF (SR) dan SUMBANGAN EFEKTIF

Correlations				
		Hasil Tes Kelincahan	Hasil Tes Juggling	Hasil Tes Menggiring Bola
Hasil Tes Kelincahan	Pearson Correlation	1	.638**	.845**
	Sig. (2-tailed)		.002	.000
	Sum of Squares and Cross-products	1899.683	1212.506	1605.168
	Covariance	99.983	63.816	84.483
	N	20	20	20
Hasil Tes Juggling	Pearson Correlation	.638**	1	.645**
	Sig. (2-tailed)	.002		.002
	Sum of Squares and Cross-products	1212.506	1899.539	1225.800
	Covariance	63.816	99.976	64.516
	N	20	20	20
Hasil Tes Menggiring Bola	Pearson Correlation	.845**	.645**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.002	
	Sum of Squares and Cross-products	1605.168	1225.800	1901.358
	Covariance	84.483	64.516	100.071
	N	20	20	20

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### A. Sumbangan Relatif

$$Y = 0.731 X_1 + 0.473 X_2 + 23.248$$

$$SR_1 = \frac{b_1 \sum x_1 y}{b_1 \sum x_1 y + b_2 \sum x_2 y} \times 100\%$$

$$SR_1 = \frac{0.731 \times 1605.168}{0.731 \times 1605.168 + 0.473 \times 1225.800} \times 100\%$$

$$SR_1 = \frac{1173.378}{1173.378 + 587.1582} \times 100\%$$

$$SR_1 = \frac{1173.378}{1760.536} \times 100\%$$

$$SR_1 = 0.6665 \times 100\%$$

$$SR_1 = 66.65\%$$

$$SR_2 = \frac{b_2 \sum x_2 y}{b_1 \sum x_1 y + b_2 \sum x_2 y} \times 100\%$$

$$SR_2 = \frac{0.473 \times 1225.800}{0.731 \times 1605.168 + 0.473 \times 1225.800} \times 100\%$$

$$SR_2 = \frac{587.1582}{1173.378 + 587.1582} \times 100\%$$

$$SR_2 = \frac{587.1582}{1760.536} \times 100\%$$

$$SR_2 = 0.3335 \times 100\%$$

$$SR_2 = 33.35\%$$

## **B. Sumbangan Efektif**

$$\begin{aligned} SE1 &= SR1 \times R^2 \\ &= 66.65 \times 0.732 \\ &= 48.79\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} SE2 &= SR2 \times R^2 \\ &= 33.35 \times 0.732 \\ &= 24.41\% \end{aligned}$$

Sehingga total sumbangan efektif adalah sebesar:  $48.79\% + 24.41\% = 73.2\%$



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH

## BALAI METROLOGI

Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

### SERTIFIKAT PENERAAN VERIFICATION CERTIFICATE

Nomor : 3924 / MET / UP - 339 / XII / 2011

Number

No. Order : 001923

Diterima tgl : 8 Desember 2011

#### ALAT

Equipment

Nama : Ukuran Panjang

Name

Kapasitas : 50 m

Capacity

Tipe/Model :

Type/Model

Nomor Seri :

Serial number

Merek/Buatan : BISON

Trade Mark / Manufaktur

Lain-lain :

other

#### PEMILIK

Owner

Nama

: Raras Renji Yuliani

Name

Alamat

: Barepan Wanurejo Borobudur Magelang

Address

#### METODE, STANDART, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode

: SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010

Method

Standard

: Komparator 10 m

Standard

Telusuran

: Tertelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi Bandung

Traceability

#### TANGGAL TERA ULANG

Date of Verification

: 8 Desember 2011

#### LOKASI TERA ULANG

Location of Verification

: Balai Metrologi Yogyakarta

#### KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG

Environment condition of Verification

: Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%

#### HASIL TERA ULANG

Result of verification

: DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2011

#### DITERA ULANG KEMBALI

Reverification

: 30 Nopember 2012



Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-01.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA



**Gambar SMA Islam 1 Gamping Sleman**



**Gambar Tes Kelincahan**





**Gambar Tes *Juggling***



**Gambar Tes Menggiring Bola**